آیا مصئون خواهد بود تا جهت کار منزل اشخاصی رااستخدام نمائیم که مصاب به اچ آی وی مثبت میباشند؟

بلی. تعداد زیاد ما که در ملل متحد کارمینمائیم اشخاص ذیل در منازل ما کارمینمایند: مانند پیش خدمت، آشپز، باغبان، گارد امنیتی و درایوران. ما میخواهیم متیقن گردیم که این اشخاص نه تنها شایسته چنین وظایف هستند، بلکه تهدید های دیگر صحی را به خانواده های ما، مخصوصاً برای اطفال ما ببار نمی آورند. هرگاه چنین اشخاص مصاب به اچ آی وی باشند، بعضی ما شاید هراس داشته باشیم که شاید اشخاص مذکور خطری را برای خانواده ما ببار آورد. بعداً، آنها وقت زیاد را با ما سپری مینمایند، برای ما آشپزی وخدمات دیگری را انجام میدهند. درینمورد پالیسی ملل متحد بسیار واضح و چنین است که در قسمت استخدام اشخاص، مصاب به اچ آی وی باید عامل تعین کننده نباشد که آیا کسی استخدام گردد یا نه. جهت استخدام، تست نمودن خون بخاطر آزمایش اچ آی وی جبری نمیباشد و از اشخاصی که مصاب به اچ آی وی میباشند تقاضا نمیگردد که وضعیت ایشان افشا گردد. چون پالیسی استخدام ملل متحد این طور است، بنابرآن برای مامورین ملل متحد مناسب خواهد بود تا از عین پالیسی در استخدام اشخاص برای خدمت منازل شان پیروی نمایند، و به سطح جهانی، سازمان بین المللی کار (ILO) برای تشویق تمام کارمندان از چنین پالیسی استفاده مینماید. چون ما رضاکاران را که شاید مصاب باشند طور محرمانه در مورد معاینه و تست تشویق مینمائیم، انتخاب چنین کار باید شکل شخصی را داشته باشد و از طرف موسسه اجرای معاینه و تست بالای آنها تحمیل نگردد. حتی اگر کسی امروز در نتیجه تست منفي ارزیابی گردد، درین مورد کدام ضمانتی وجود ندارد که در آینده نیز نتیجه آن منفی باشد. ما درمورد کارمندانی که درمنازل کارمینمایند سفارش معاینه را میدهیم (بدون تست اچ آی وی) تا این امر یقینی گردد که آنها شایسته اجرای چنین خدمات میباشند. زمانیکه به وظیفه خویش آغاز کردند، ما باید درمورد اینکه از آنها چه توقع داریم موقف واضح داشته باشیم و بعداً اجراات ایشان را مراقبت نمائیم، عیناً مانند مراقبتی که درداخل سیستم ملل متحد مینمائیم. بطور مثال، در رابطه به اطفال ما، باید به پرستار این موضوع را واضح سازیم که شیر دادن به طفل از پستان ایشان ممنوع میباشد، و هدایات واضح برای ایشان داده شود که در صورت واقعه عاجل آنها باید چه کاری را انجام دهند. این یك نظریه خوب است که طور مستقیم به خدمتگاران منزل خویش در مورد اچ آی وی/ایدز معلومات فراهم نمائیم و کارمندان خویش را تشویق نمائیم که در مورد اچ آی وی/ ایدز چیزی را بدانند.این موضوع مهم است تا بخاطر داشته باشیم که اچ آی وی به سهولت انتقال نمی یابد. با در نظر داشت کارمندان که در منازل کار مینمایند، ما چنین میپنداریم که آنها با اعضای خانواده ما مقاربت جنسی ندارند، از سوزن های مشترك جهت پیچکاری استفاده نمی نمایند، یا به آنها خون داده نمیشود ویا اطفال ما را از پستان خویش شیر نمیدهند. اینها طرق ابتدایی هستند که از طریق آن اچ آی وی انتقال میابد. اگر درمنازل خویش خدمتگاران داشته باشیم که برای ما غذا تهیه نمایند، یا آنها را در آغوش بگیریم، ببوسیم، به ایشان غذا بدهیم و با ما بازی نمایند، اینها همه از نگاه انتقال اچ آی وی مکملاً مصئون میباشند. ما باید در سیستم ملل متحد یك مثال تحمل را ایجاد نمائیم. ما باید از لکه ننگ یا تبعیضی که با اچ آی وی ارتباط داشته باشد در زندگی شخصی خویش چشم پوشی نکنیم.



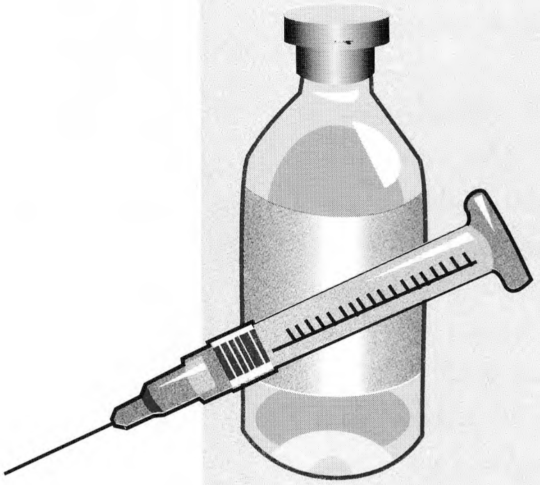
ما نباید که چشم پوشی از لکه ننگ وتعبیض در مقابل اچ آی وی درزندگی شخصی ویا خصوصی خود داشته باشیم

چطور به همکارانم کمك کرده میتوانم در صورتیکه آنها مصاب به اچ آی وی مثبت باشند؟

مهمترین چیزی که باید انجام یابد آنست که باید تمام ایشان را تداوی نمائیم، بدون در نظرداشت وضعیت اچ آی وی شان، همان طوریکه شما میخواهید خود را به حرمت و طریقه مسلکی تداوی مینمائید. در آخرین فصل این رساله تحت عنوان "بیائید که زندگی کنیم" رهنمایی در مورد این موضوع فراهم میگردد که چطور میتوانیم به بهترین وجه اچ آی وی/ ایدز را در سیستم ملل متحد مورد خطاب قرار دهیم.

آیا چه وقت واکسینی برای این مرض موجود میباشد؟

گرچه متخصصین عقیده دارند که ممکن است برای اچ آی وی کدام واکسینی ایجاد گردد مگر این کار چندین سال مثلاً ۱۰ سال یا بیشتر ازآن را در بر خواهد گرفت تا واکسینی بوجود آید که وسیعاً مورد استفاده قرار گیرد. تا زمانیکه یك واکسین بوجود می آید، استفاده از کندم زنانه و مردانه و سایر ستراتیژی های موجوده مناسب (به فصل دوم مراجعه شود) منحیث اقدام عملی جهت جلوگیری انتقال اچ آی وی ارائه میگردد. تا کنون برای مرض ایدز کدام علاج کلی پیشبینی نگردیده است.



امیدی برای یافتن واکسین

تا اخیر سال ۲۰۰۳، در بخش روابط جنسی یك تعداد زیاد کاندیدان برای واکسین که بیش از ۱۰۰۰۰ رضاکار در آن شامل بود درمعرض آزمایش قرار گرفت، و به مقیاس بزرگ نخستین آزمایشات در مورد واکسین ایدز تکمیل گردید.
در حالیکه پیشرفت قابل ملاحظه در مورد آموزش روش های ممکنه اچ آی وی صورت گرفت، مگر کوشش ها جهت ایجاد واکسین به یکتعداد موانع علمی وعملی مواجه گردید.
جهت معلومات مزید در مورد تحقیقات جهانی برای یافتن واکسین وقایوی، به ویب سایت یوان ایدز (UNAIDS) در آدرس ذیل تماس حاصل نمائید www.unaids.org .

سیستم ملل متحد در تقویه اجراات در مقابل ایدزچطور کمك کرده میتواند؟

سیستم ملل متحد طور فعالانه در رابطه به پاسخ دهی در مقابل ایدز مصروف میباشند و فعلاً فعالیتهای مربوطه اچ آی وی را تحت پلان ستراتیژیکی ملل متحد در مورد اچ آی وی/ایدزتنظیم مینماید. سیستم رهبری ملل متحد ازطریق پروگرام مشترك ملل متحد در مورد اچ آی وی/ ایدزفعالیتهای را انجام میدهد که در آن پروگرام، سکرتریت و نه نمایندگی در داخل سیستم ملل متحد شامل میباشد. منحیث هدف انکشافی هزار ساله (MDG) فعالیتها جهت توقف دادن اچ آی وی آغاز گردیده، لازم است تا پیشرفت در مبارزه علیه سرایت این مرض صورت گیرد تا اهداف دیگر MDG برآورده گردد.

1 صندوق وجهی ملل متحد برای تعلیم و تربیه اطفال(UNICEF) ، پروگرام غذایی جهان(WFP)، پروگرام انکشافی ملل متحد(UNDP) ، صندوق وجهی ملل متحد برای نفوس(UNFPA) ، اداره ملل متحد در مورد مواد مخدر وجنایات(UNODC) ، سازمان بین المللی کار(ILO) ، سازمان تعلیمی و فرهنگی ملل متحد (UNESCO) ، سازمان صحی جهان (WHO) و بانك جهانی (WB).

کوشش ملل متحد در رابطه به مبارزه علیه اچ آی وی/ ایدز

ملل متحد سرایت مرض را مراقبت مینماید تا جهان را از وسعت و ماهیت بحران باخبر سازد، روش های مهم و جدید را کشف نماید، و کشور های جهان را کمك نماید تا کوشش های شان در محو سرایت مرض مؤفق باشند. این فعالیتها که به اساس موافقتنامه جهانی در مورد تعهد نامه اچ آی وی/ ایدز صورت گرفته است مستلزم آن است که ملل متحد طور دوره ای در مورد پیشرفت مبارزه علیه سرایت این مرض راپورهای را ارائه نماید.
ملل متحد در مورد پاسخ دهی مؤثر در مقابل این مرض رهنمای را فراهم مینماید. از طریق بکار بردن بهترین اجراات، ملل متحد پروگرام ها و پالیسی های را تأمین مینماید که به اساس شواهد قوی و مؤثر استوار باشد. ملل متحد اکثراً درین مورد تحقیقات آنی را تشویق و ضمانت مینماید تا توانمندی کشور ها و جوامع را بهبود بخشیده و کوشش های مؤثر در جلوگیری این مرض انجام یابد. با در نظر داشت اچ آی وی/ ایدز در محل کار، قانون اجراات سازمان بین المللی کار (ILO) در مورد اچ آی وی/ ایدز رهنمایی های را به تمام مؤسسات و ملل متحد فراهم مینماید.
با موجودیت مرض تقریباً در تمام کشورهای روبه انکشاف و ممالك صنعتی، ملل متحد کشور های را کمك مینماید تا ستراتیژی های‌مؤثر را در مقابل ایدز ایجاد و تطبیق نمایند. ملل متحد با حکومات، سکتورهای خصوصی، جامعه مدنی، تمویل کنند گان وسایر مردم که مصاب به اچ آی وی/ ایدز میباشند یکجا کار مینماید تا اجراات ملی را در مقابل این مرض تقویه نماید.
نمایندگی های ملل متحد مساعدت تخنیکی لازم را فراهم نموده و با کشور های کار مینماید تا توانمندی بشری را که برای تداوم کوشش های مؤثر در مقابل ایدز ضروری میباشد ارتقا بخشد. علاوتاً ملل متحد از اجراات فوق العاده درمقابل چلنج بی سابقه که توسط اچ آی وی/ ایدز تحمیل گردیده حمایت مینماید. ملل متحد مدافع جهان میباشد که میتواند اقدامات مؤثر را اتخاذ نماید تا جلوانتقال اچ آی وی گرفته شود.اخیراً ملل متحد در رابطه به توسعه تداوی اچ آی وی /ایدز در منابع محدود خویش نقش رهبری کننده را بدوش گرفته است.

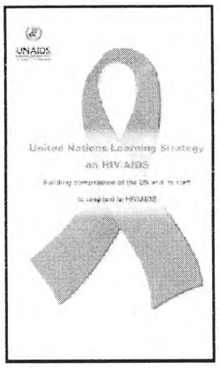


علاوه برین رساله، ملل متحد چطور مرا در آموزش بعضی چیز های کمك خواهد نمود تا ازطریق آن در مورد اچ آی وی/ ایدز بدانم؟

به تعقیب سروی که درسال ۲۰۰۲ بالای ۸۰۰۰ کارمندان ملل متحد انجام یافت، ستراتیژی آموزشی در مورد اچ آی وی/ ایدز ایجاد گردید تا این امر تأمین گردد که تمام کارمندان فهم اساسی را در مورد اچ آی وی/ ایدز داشته باشند.

این ستراتیژی از تمام کارمندان تقاضا مینماید تا در جلسات آموزشی اچ آی وی/ ایدز در محلات کار شان اشتراك نمایند.
این جلسات معلومات را در مورد موضوعات ذیل فراهم مینماید:
اچ آی وی/ ایدز، حقوق کارمندان، خدمات موجوده محلی و تمام جنبه های پالیسی پرسونل ملل متحد در مورد اچ آی وی/ ایدز. ملل متحد متعهد است تا تأمین نماید که این

جلسات آموزشی از نگاه فرهنگی مناسب باشد، در صورت امکان به لسان های محلی برای اعضای خانواده ها قابل دسترسی باشد. در بعضی ممالك، ملل متحد شبکه تعلیم دهندگان را در نمایندگی های مختلف ملل متحد ایجاد مینماید تا فهم دقیق را درمورد اچ آی وی/ ایدز ارتقابخشد.



هدف ازستراتیژی آموزشی ملل متحد اینست تا تمام کارمندان ملل متحد معلومات ابتدایی درمورد اچ آی وی/ایدز داشته باشند

من هنوز هم در مورد اچ آی وی/ ایدز در محل کار ملل متحد سوالاتی دارم. جهت حصول معلومات بیشتر به کجا مراجعه کرده میتوانم؟

يك ویب سایت خاص در مورد اچ آی وی/ ایدز در محل کار ملل متحد ایجاد گردیده است به این آدرس مراجعه شود: unworkplace.unaids.org این وبسایت معلومات مندرجه این رساله، احصائیه جهانی و منابع اضافی را در مورد اچ آی وی/ ایدز طرح مینماید.

ویبسایت سازمان بین المللی کار (ILO) در مورد اچ آی وی/ ایدز دارای قانون اجراات بوده که به چندین لسان موجود میباشد. به آدرس ذیل مراجعه شود : (http://www.ilo.org/public/english/protection/trav/aids/code/languages/index.htm) همچنان ویبسایت مذکور مشتمل بر رهنمای آموزشی وتعلیمی وسایر رهنمایی ها در مورد تطبیق پالیسی های محل کار وپروگرام های اچ آی وی/ ایدز میباشد. هکذا در اکثر نمایندگی ها اشخاص مسئول در مورد اچ آی وی/ ایدز موجود میباشند.

دراکثر ممالك تسهیل کنندگان آموزشی برای ملل متحد تربیه میگردند.

علاوتاً، برای شما از طرف آفسر منابع بشری یا شخص مسئول محل کار ملل متحد که در مورد پالیسی های اچ آی وی ایدز معلومات داشته باشد مشوره داده خواهد شد. همچنان، شما شاید سوالات طبی را درمورد اچ آی وی ایدز به خدمات طبی ملل متحد یا مراکز صحی ملل متحد محول نمائید.

محل کار ملل متحد که شما در آن کار مینمائید آدرس معلوماتی را درمورد مؤسسات خدمات محلی ایدز برای شما فراهم خواهد نمود. همچنان معلومات بیشتر در مورد اچ آی وی/ ایدزاز طریق مجله ها، روزنامه ها و تلویزیون حاصل شده میتواند. گرچه اینها منابع خوب معلوماتی در مورد اچ آی وی/ ایدز میباشند، بآنهم ملل متحد تضمین چنین معلومات را کرده نمیتواند.

يك ویب سایت خاص در مورد اچ آی وی/ایدز درمحل کارملل متحد در آدرس ذیل موجود میباشد: (http://unworkplace.unaids.org)





معلومات در مورد اچ آی وی/ایدز

- حال که این فصل رساله را مطالعه نمودید، شما در مورد اچ آی وی/ ایدز کدام حقایق جدید را آموخته اید؟

- در کشور شما کدام طریق انتقال اچ آی وی وجود دارد؟

- درمورد اچ آی وی/ ایدز کدام سوالات برای شما لاجواب باقی مانده است؟

- شما در سیستم ملل متحد به چه کسی مراجعه خواهید نمود تا در مورد اچ آی وی/ ایدز معلومات بیشتر حاصل نمائید؟

- در کشور شما خارج از سیستم ملل متحد به کی مراجعه خواهید نمود تا در مورد اچ آی وی/ ایدز معلومات بیشتر حاصل نمائید؟

- در مورد اچ آی وی/ایدز کدام حقایقی را میخواهید که باهمبستر، اطفال، سایر اعضای خانواده ورفقای تان مطرح نمائید؟

- یاداشت های اضافی



فصل دوم

بخاطر محافظت خانواده ها، رفقا و خویشتن ما باید موارد ذیل را مراعات نمائیم:

- از طریق معاینه و تست داوطلبانه در مورد وضعیت اچ آی وی معلومات حاصل نمائید.
- از مقاربت جنسی غیرمصون جلوگیری نمائید و یا هر زمانیکه عمل مقاربت جنسی اجرا میگردد باید از کندم بصورت درست استفاده گردد، مگر اینکه متیقن باید بود ، که هردو همبستر داری اچ آی وی منفی باشند
- هرگاه از طریق مقاربت جنسی انتقال مرض صورت گرفته باشد، در جستجوی تداوی شوید
- در وقت پیچکاری کردن صرف از سوزن جدید یا تعقیم شده استفاده نمائید
- با همبستر، اطفال و همکاران خود در مورد وقایه اچ آی وی صحبت نمائید
- جهت محافظت وجود خویش از اچ آی وی پیش از پیش آمادگی بگیرید

خویشتن را محافظت نمائید

اتخاذ نمودن تصامیم صحی و سودمند

چون جهت انتقال اچ آی وی تعداد محدود راه ها وجود دارد، آیا وقایه اچ آی وی یك موضوع ساده نیست تا از آن طریق از تماس با ویروس جلوگیریبعمل آید؟

این یك حقیقت مسلم است که اچ آی وی به آسانی انتقال نمیابد و امکان دارد که از پیشرفت مرض جلوگیری بعمل آید.مگر طرق ابتدایی انتقال اچ آی وی همانا مقاربت جنسی میباشد - مخصوصاً اگراین مقاربت جنسی با تعداد زیاد اشخاص در شرایط طویل المدت صورت گیرد.

وقایه مؤثر به اساس پرنسیب های ذیل استوار میباشد:

- **معلومات دقیق.** برای اینکه از انتقال ویروس جلوگیری بعمل آید، لازم است تا تمام ما بدانیم که اچ آی وی چطور انتقال میابد ویا نمی یابد. این رساله طوری طرح گردیده تا برای ما و خانوده های ما حقایق اساسی را در مورد اچ آی وی/ایدزجهت معلومات مفصل فراهم نماید. علاوتاً منحیث کارمندان ملل متحد، ما حق داریم تا در جلسات آموزشی در مورد اچ آی وی/ایدز اشتراك نمائیم که در آن جلسات ما فرصت خواهیم داشت تا در مورد سوالات خویش پاسخ های را دریافت نمائیم.
- **پلان شخصی.** با در نظرداشت اینکه شما در مورد اچ آی وی/ایدز چه میدانید، شما باید قبلاً راجع به راه های فکر کنید که شما شاید از آن طریق با ویروس تماس حاصل نمائید و چطور طرح کرده میتوانید که از انتقال مرض جلوگیری نمائید. ازینکه هرشخص مستقل میباشد، از همین سبب شما ضرورت دارید که پلان وقایوی خویش را با شرایط شخصی خویش وقف دهید. برای بعضی از مایان، مخصوصاً زنان و دختران، پلان وقایوی ما باید قوه دینامیکی دوجانبه (بین دونفر) را در نظر بگیریم که این امر بعضی اوقات مشکلات را ایجاد مینماید تا خویشتن را محافظت نمائیم. طوریکه درین فصل تشریح میگردد، منحیث کارمندان ملل متحد، ما میتوانیم که وسائل لازمه وقایوی را داشته باشیم، مانند دسترسی به کندم، کیت های کمك اولیه، سوزن های جدید وسامان آلات طبی تعقیم شده و خون مصئون.
- **افهام و تفهیم.** از آن جایکه برای انتقال اچ آی وی حد اقل دو نفر لازم میباشد، بنابرآن این امر مهم است تا در مورد وقایه اچ آی وی با همبستر، خانواده ، همکاران و کارمندان مواظبتی جنسی صحبت نمائیم. ملل متحد تقاضا مینماید که تمام نمایندگی ها برای کارمندان ملل متحد فرصت های را فراهم نماید تا در مورد وقایه اچ آی وی بحث نمایند و مراجع را در جامعه فراهم نمایند که معاینات اچ آی وی در آن صورت گیرد .
- **تقویه و وقایه.** اچ آی وی صرف مشتمل بر معلومات میباشد. ازینکه روش ها تغیر مینماید، از همین سبب بعضی اوقات جلوگیری از انتقال مرض مشکل میباشد. ما باید تشویق شویم تا ازمیتود های وقایوی مؤثر اچ آی وی استفاده نمائیم و مهارت های را ایجاد نمائیم که برای مصئونیت لازم میباشد.

  علاوتاً بعضی مایان شاید روش مصئون را ایجاد نمائیم، مگر بعداً در رابطه به تداوم چنین روش ها در شرایط طویل المدت شاید به مشکلاتی مواجه شویم. ظهور تداوی مؤثر برای ایدز در سال های اخیر باعث آن گردید که بعضی مردم در مورد خطر انتقال این مرض راضی باشند، زیرا وقایه اچ آی وی یك وظیفه طویل المدت میباشد. پالیسی پرسونل ملل متحد در مورد اچ آی وی/ایدز فعالیتهای وقایوی را برای اچ آی وی موجوده فراهم مینماید که این امر پیغام های وقایوی را تقویه مینماید.



برای جلوگیری از انتقال ویروس، ما باید بدانیم که چطوراچ آی وی انتقال می یابد وچطور نه

انتقال مرض از طریق مقاربت جنسی

چطور میتوانیم در مقاربت جنسی از انتقال اچ آی وی جلوگیری نمائیم؟



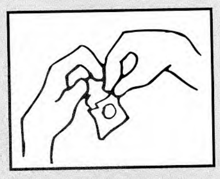
ضروری است تا ماباید در مورد جلوگیری‌از انتقال مرض اچ آی وی با همبستر، فامیل همکاران وبا مواضبان صحی خود صحبت نمائیم

بهترین راه جهت جلوگیری از مصاب شدن به اچ آی وی از طریق مقاربت جنسی عبارت از آن است تا از مقاربت جنسی خود داری صورت گیرد. این کار آغاز انتقال مرض را از طریق مقاربت جنسی به تعویق می اندازد. هرگاه انتقال ازطریق مقاربت جنسی فعال باشد، باید ازداشتن مقاربت جنسی خود داری صورت گیرد.

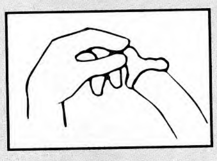
بعضی ازمایان شاید در موقف قرار داشته باشیم که بالای همبستر خویش هنگام روابط عشقی اعتماد کامل داشته باشیم. هرگاه هردو همبستر دارای اچ آی وی منفی باشند، ممانعت اچ آی وی شاید مربوط به موافقه جانبین باشد که هردو یك بادیگر مطلقاً وفادار باشند. برای بعضی از مردم، این طریقه روش بدون خطر نمیباشد. اکثر مردم، مخصوصاً زنان در مقاربت جنسی مصاب میگردند که همبستر خویش را دوست و بالای آن اعتماد دارند.

برای افراد دیگر که از نگاه مقاربت جنسی فعال میباشند و مصروف روابط جنسی وقایوی میباشند، کندم مردانه و زنانه وسیله های مؤثر جلوگیری از انتقال اچ آی وی میباشد. منحیث کارمندان ملل متحد، ما حق داریم که به کندم دسترسی داشته باشیم.

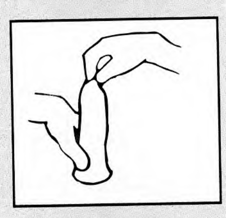
از کندم های مردانه چطور استفاده بعمل می آید؟



- نخست از همه بالای پوش آن تاریخ اختتام آن باید ملاحظه گردد. اگر تاریخ آن سپری شده باشد، از چنین کندم باید استفاده نگردد. پوش کندم را محتاطانه باز نمائید. مگر هیچوقت از چاقو یا قیچی کار نگیرید. کندم را از پاکت بیرون نمائید. متوجه باشید اگر انگشتری پوشیده باشید یا ناخن های تیز داشته باشید تا توسط آن کندم پاره نگردد.



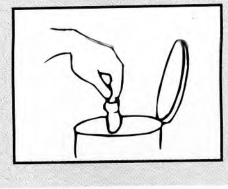
- هوا را از کندم خارج نمائید (از طریق همین کار از پاره شدن آن جلوگیری بعمل می آید) و کندم را بالای آله تناسلی بگذارید. بعضی ها خوش دارند که یك یا دوقطره آب در نوك کندم بیاندازد تا حساسیت آن ازدیاد یابد.



- محتاطانه کندم را بطرف پائین آله تناسلی پائین نمائید(تا آخرین سرحد) تا اینکه مکملاً باز گردد ویا اینکه آله را مکملاً بپوشاند. متیقن باید بود که در کندم هوا باقی نمانده باشد. (نوك کندم باید خالی باشد). با استعمال آب قسمت خارجی کندم را لزوج نمائید.



- هنگام که مقاربت جنسی اختتام یافت (بخاطر داشته باشید که برای هر مقاربت جنسی یك کندم ضرورت میباشد). کندم را از قسمت تحتانی آن رول داده و آنرا دور نمائید، متوجه باشید که سپرم به دستهای تان تماس نکند.



- سر کندم را بسته و گره بزنید و کندم استفاده شده را بطریقه مناسب در زباله دانی دور بیاندازید هرگز کندم را درتشناب نیاندازید زیرا نل های بدرفت را مسدود مینماید. بهتر است تا آنرا دفن نمائید یا بسوزانید.

مقدمه

علم و دانش نیرومند شده میتواند. ازینکه ما در مورد ایجاد محل کار مصئون وخوب متعهد میباشیم، از همین سبب ملل متحد از ما توقع دارد تا در مورد مسائل مانند اچ آی وی / ایدز که محل کار ما را متأثر میسازد آگاهی کامل داشته باشیم. ما حق داریم تا راجع به پالیسی های ملل متحد در مورد اچ آی وی/ ایدز بدانیم و این فهم را به تمام کارمندان اعم از آنهای که به اچ آی وی مصاب هم نیستند برسانیم.

پالیسی پرسونل ملل متحد در مورد اچ آی وی/ ایدز وقانون اجراات سازمان بین المللی کار (ILO) در مورد اچ آی وی/ ایدز در چوکات پروگرام های محل کار ملل متحد موجود میباشد. قانون اجراات سازمان بین المللی کار (ILO) در رابطه به پالیسی های محل کار که به اچ آی وی ارتباط دارد یك معیار بین المللی شناخته شده میباشد. پالیسی پرسونل ملل متحد در مورد اچ آی وی در ضمیمه شماره یك این رساله و خلاصه اصول اساسی قانون سازمان بین المللی کار (ILO) در ضمیمه شماره ۲ این رساله درج است.
از سال ۱۹۸۷ به این سو یعنی از آوانیکه ملل متحد در مقابل اچ آی وی / ایدز پاسخی را ارائه نمود، ما در مورد اچ آی وی/ ایدز چیزهای زیادی آموخته ایم. در آن زمان سوالات مهمی بدون جواب باقی ماند. بطور مثال، بهترین وسیله جهت وقایه این مرض چه است؟ آیا مرض ایدز معالجه شده میتواند؟ در محل کار در مورد اچ آی ویچطور اجراات بهتر صورت گرفته میتواند؟ ولی امروز راجع به این سوالات وسایر سوالات اساسی اچ آی وی/ ایدز پاسخ واضح داریم. این رساله در مورد اچ آی وی/ ایدز معلوماتی را فراهم مینماید که شاید ما وخانواده های ما به آن نیاز داشته باشیم. مخصوصاً، این معلومات طوری طرح گردیده که در موارد ذیل با ما کمك مینماید:

- **دانستن** حقایق ضروری در مورد اچ آی وی/ ایدز
- **خویشتن** و خانواده های تان را از مرض اچ آی وی محافظت نمائید
- با اچ آی وی **با قاطعیت زندگی** نمائید
- **از طریق سهمگیری** در ایجاد محل کار مناسب در سیستم ملل متحد امرار حیات نمائید

روش دیگر وقایوی که عبارت ازمقاربت جنسی غیرنفوذ کننده میباشد عبارت اند از بوسه کردن مرد و زن، عشق ورزیدن از روی تماس، مساژ،ویا جلق زدن میباشد. زیرا در چنین فعالیت در آله های تناسلی مرد و زن کدام مقاربتی صورت نمیگیرد، چنین روش ها کدام خطر انتقال اچ آی وی را ندارند. مقاربت جنسی از طریق دهن خطر فوق العاده کم انتقال مرض را دارد. اگر آب منی دفعتاً در دهن انزال گردد درینصورت خطر انتقال مرض زیاد میگردد در صورت که دهن زخم داشته باشد.

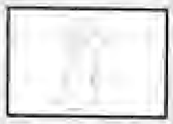
کندم زنانه چه است؟

همان طوریکه کندم مردانه آله تناسلی مرد را میپوشاند، کندم زنانه در داخل آله تناسلی زن جابجا میگردد. چندین ساعت پیش از مقاربت جنسی کندم در آله تانیث زن گذاشته میشود و بخاطر لزوج نمودن از محلول آبی و چرب استفاده بعمل می اید.

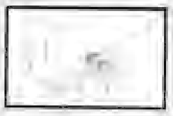
از کندم زنانه چطور استفاده بعمل می آید؟



- کندم زنانه طوری است که در هردو سر خود دارای حلقه میباشد.



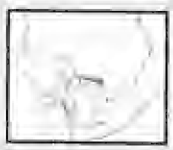
- در مرحله اول حلقه داخلی فشار داده میشود تا در کنت داخل گردد.



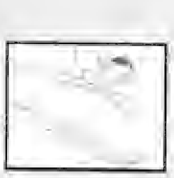
- بعداً کندم زنانه را در آله تانیث زن (یا در معقد بدون حلقه داخلی) بگذارید. باز هم، این عملیه طوری اجرا میگردد که یك زن شاید از تاپسون یا دیافراگم استفاده نماید.



- کندم زنانه را در داخل آله تانیث فشار دهید تا اینکه حلقه داخلی داخل رحم گردد.شکل طبعی آله تانیث طوری است که حلقه را محکم میگیرد. بخاطر داشته باشید که کندم زنانه ۸ ساعت قبل از مقاربت جنسی داخل میگردد.



- بعد از آن مصئون خواهد بود که مقاربت جنسینفوذ کننده انجام یابد. متیقن باید بود که آله تناسلی مرد باید در داخل کندم زنانه گردد و در بین جدار خارجی کندم وجدارفرج داخل نگردد. به این ترتیب سطح آله تناسلی مرد وزن مصئون میگردد .



- بعد از مقاربت جنسی، کندم زنانه را تاب داده و آنرا دور نمائید، و در محل مناسب آنرا دور بیاندازید. بخاطر داشته باشید که آنرا بسوزانید یا دفن نمائید. هرگز آنرا در تشناب نیاندازید زیرا باعث مسدود شدن سیستم نل ها میگردد.

کندم زنانه درین اواخر ایجاد گردیده است. کندم زنانه طوری است که در انجام خود دارای حلقه ارتجاعی میباشد و در داخل فرج جابجا میگردد. استفاده از کندم زنانه روزافزون میباشد. مطالعات نشان داده است که کندم زنانه برای همبستر زن و مرد قابل قبول میباشد. کندم زنانه مانند کندم مردانه انتقال اچ آی وی را از طریق دفع مایعاتفرج ممانعت مینماید. معمولاً این کندم نظربه کندم مردانه قیمت تر میباشد و در اکثر حصص جهان برای فروش عرضه نمیگردد، گرچه نمایندگی های ملل متحد تشویق میگردد که آنرا برای کارمندان فراهم نماید.اگر شما از طریق دفتر ملل متحد کندم ها را دریافت مینمائید، باید متیقن شوید که کندم ها دارای کیفیت عالی باشند.



انتخاب کندم ها

اگرشما کندم را خریداری مینمائید، بازهم باید آگاه باشید چون کندم ها دارای کیفیت متنوع میباشند. شما باید تاریخ اختتام آنرا ملاحظه نموده و آنرا بقسم پرچون خریداری نمائید یا آنرا از جای خریداری نمائید که دوران کالا در آن زیاد باشد. همچنان شما آنرا در محل گرم نگهداری یا ذخیره ننمائید جایکه در معرض حرارت قرار گیرد، مانند جعبه موتر و غیره. زمانیکه پاکت کندم را باز مینمائید، متیقن باید بود که پاکت ها سالم باشند و علامه رطوبت خارجی در آن نباشد.

در اکثر حصص جهان کندم مردانه چرب شده یا غیر چرب شده فروخته میشود. همچنان مورد قبول خواهد بود اگر شما مواد چرب را بالای آن مالش دهید تا خطرات پاره شدن کندم کم گردد. در سال های اخیر، اکثر کندم های که فروخته میشوند در آن از نان اوگزینون (N-9) منحیث مواد چرب بکار میبرند، زیرا این مواد باعث جلوگیری انتقال اچ آی وی میگردد. گرچه مطالعات نشان داده است که (N-9) کدام محافظت اضافی را در مقابل انتقال اچ آی وی فراهم نمینماید و شاید در اثر تخریش آله تانیث یا مقعد باعث ازدیاد خطر گردد، مگر N-9در کندم های تعقیم شده یا مواد چرب کننده تجارتی پیدا شده میتواند. زمانیکه کندم یا مواد چرب کاری را خریداری مینمائید باید نکت آنرا ملاحظه نمائید تا متیقن شوید که در آن تولیدات N-9 شامل نمیباشد.

در اکثر حصص جهان ممکن است که کندم های مردانه که از پولیراتین (بعوض لاستیك خام) ساخته شده دریافت گردد. کندم های پولیراتین (مردانه وزنانه) بقدر کندم های لاستیك خام در وقایه اچ آی وی مؤثر میباشند، و مخصوصاً برای آنهای مفید میباشد که در مقابل کندم های لاستیك خام حساسیت دارند. این نوع کندم ها با مواد چرب استعمال شده میتواند.

کندم در جلوگیری از انتقال اچ آی وی چقدر مؤثر است؟
شواهد مؤثق نشان میدهد که کندم در جلوگیری انتقال اچ آی وی فوق العاده مؤثرمیباشد. از طریق استعمال درست و دوامدار کندم شما میتوانید اطمینان کامل را در مورد عدم انتقال اچ آی وی حاصل نمائید.



مطمین باشید زمانیکه استفاده ازکندم می کنیدازمواد چرب کننده مناسب کارگیرید

مؤثریت کندم ها
در رابطه به جلوگیری انتقال اچ آی وی، سه نوع شواهد مؤثریت بیشتر را از خود تبارز داده است. مطالعات لابراتواری نشان داده است که از لاتکس یا پولیریتان ویروس عبور کرده نمیتواند.
همچنان درین مورد مؤثریت تیورتیکی نیز موجود میباشد.
کندم ها انتقال مایعات آله تأنیث را ممانعت مینماید که شاید از آن طریق ویروس انتقال یابد. مطالعات اپیدیمولوجی که میزان مصاب شدن را بین اشخاص استعمال کننده کندم و غیر استعمال کنندگان مقایسه مینماید، دریافت نموده که کندم ها در مقابل مصاب شدن به اچ آی وی مصئونیت فوق العاده را از خود تبارز داده اند.
بلاخره، در اکثر ممالك جهان (برازیل، تایلند و امریکا) کندم ها میزان مصاب شدن به اچ آی وی را فوق العاده کاهش داده است، کاهش میزان انتقال مرض ارتباط قوی با ازدیاد استعمال کندم دارد.

یك تعداد میتود های وقایوی ١٠٠ %مؤثر میباشد. کندم ها بعضی اوقات پاره میگردد ، مگر خوشبختانه که این حالت بسیار کم رخ میدهد. کندم های که تاریخ آن سپری شده باشند، طوری بی کیفیت ساخته شده باشند، یا طور غیر مناسب نگهداری شده باشند احتمالاً پاره میگردند. تولیدات تیلی (محلولی یا گریس) میتواند که کندم لاتکس مردانه را متضرر سازد، از همینجهت هنگام مقاربت از روغنیات آبی در کندم مردانه استفاده بعمل آید.
عموماً، هرگاه از کندم ها طوریکه هدایت داده شده استفاده بعمل نیآید ممکن بصورت درست مؤثر نباشند. مثلاً، اگر کندم از پاکت توسط دندان، چاقو یا قیچی بازگردد شاید سهواً پاره گردد. مهم است که کندم ها از شروع عمل جنسی یعنی پیش از انزال شدن استعمال گردد تا سرایت احتمالی مرض از مایعات آله تأنیث صورت نگیرد. مطالعات نشان میدهد که هرگاه از کندم بیشتر استفاده بعمل آید معمولاً افراد به استعمال کندم عادت پیدا میکنند. این یگانه دلیلی است که چرا در رابطه به جلوگیری از اچ آی وی معلومات مؤثق در مورد کندم و آن اقداماتی لازم است که طی آن اشخاص مهارت استعمال درست کندم را بدانند. منحیث کارمندان ملل متحد، ما حق داریم تا برای ما در مورد استعمال کندم های مردانه وزنانه رهنمایی فراهم گردد.حقیقتاً، کندم ها در ممانعت انتقال اچ آی وی فوق العاده مؤثر میباشند هرگاه از آنها استفاده بعمل آید.



کندم ها برای جلوگیری از انتقال اچ آی وی خیلی مؤثر میباشند

ازینکه مقاربت جنسی طور غیر پلان شده اجرا میگردد، از همین سبب بهتر خواهد بود اگر همیشه یك شخص باخود کندم را داشته باشد. اگر شما یك همبستر ثابت داشته باشید، باید با وی مباحثه نمائید که چطور هردو میتوانید خطر انتقال اچ آی وی را کاهش دهید. حقیقتاً، بنابر مباحثه هردو جانب منتج به استعمال کندم میگردند. هردو جفت در مورد منفعت استعمال کندم و نگرانی های مربوط آن مباحثه مینمایند و بالاخره در مورد روش بین البینی رضایت بخش موافقه مینمایند. بعضی اوقات، یك عضو جوره نمیتواند که در مورد استعمال کندم مباحثه نماید. بطور مثال اکثر زنان بسیار به مشکل از شوهر یا همبستر خود راجع به استعمال کندم پرسان مینمایند.

چطور با همبستر خویش راجع به جلوگیری اچ آی وی مباحثه نمایم؟

لازم است تا درمورد عدم انتقال اچ آی وی باهمبسترخود صحبت کنیم اگر نه این مرض مهلك ازما دور نمیرود

کدام طریقه درست وجود ندارد که راجع به جلوگیری اچ آی وی با همبستر مباحثه آغاز گردد. اینکه چطور ما راجع به این موضوع تماس حاصل نمائیم مربوط به ماهیت و خصوصیات روابط مشترك میباشد. برای اکثر مردم مشکل است که راجع به عمل مقاربت جنسی صحبت نمایند. وقتیکه راجع به جلوگیری اچ آی وی با همبستر تان مانند همسر، معشوقه یا معشوق صحبت مینمائید، بعضی اوقات مشکل میباشد که راجع به جلوگیری مرض از طریق استعمال کندم بدون یادآوری موضوعات حساس مانند تعهد، اعتماد و تمایل جنسی صحبت نمائید. گرچه مشکل است که باهمبستر خویش راجع به جلوگیری اچ آی وی مباحثه نمائیم، مگر به هرصورت مهم است که درین مورد صحبت شود. در صورت اجتناب از بحث درمورد این موضوع اچ آی وی محو نمیگردد. شما باید پیش از پیش راجع به این موضوع فکر کنید که چطور با همبستر خویش صحبت را شروع نمائید. اگر شما مشکلی دارید که چطور تصمیم اتخاذ نمائید تا آنرا با همبسترخویش مطرح نمائید، شما باید از طریق مراکز صحی ملل متحد یا موسسات محلی ایدز مشوره بخواهید.



ازطریق تست نمودن حالت اچ آی وی هردو همبستر واضح میگردد وهردو میتوانند تا پلان لازمه را برای جلوگیری ازانتقال این مرض اتخاذ نمایند

در صورت همسر بودن در شرایط طویل المدت، معاینه و تست نمودن بخاطر اچ آی وی یك طریقه خوبی است که میتواند هرنوع موضوعات مربوطه اچ آی وی را مورد خطاب قرار دهد. از طریق تست وضعیت اچ آی وی توضیح میگردد که بعداً همبستران میتوانند پلان جلوگیری اچ آی وی را تطبیق نمایند. علاوتاً، یك مشاور نیز میتواند معلومات و جوابات را برای دو همبستر فراهم نماید.

اگر من مصاب به اچ آی وی مثبت باشم، آیا مصنون خواهد بود که با شخص دیگری که مصاب به اچ آی وی مثبت باشد مقاربت جنسی نمایم؟

نه خیر. ما فعلاً معلومات داریم هرگاه شخص به اچ آی وی مثبت مصاب باشد در صورت مقاربت جنسی امکان دارد که به مشکل دیگری اچ آی وی مبتلا گردد. در صورت جذب ویروس دیگر که در مقابل یك یا چند ادویه مقاومت را نشان دهد شاید تداوی موثر را مغلق سازد و باعث گردد تا مرض اچ آی وی نسبت به سابق سریعتر پیشرفت نماید. در نتیجه، اشخاص مصاب به اچ آی وی مثبت باید همیشه هنگام مقاربت جنسی از طریق استعمال کندم خویشتن و همبستر شان را محافظت نمایند.

آیا امراض دیگری وجود دارند که از طریق مقاربت جنسی انتقال نمایند و من باید در مورد آن نگران باشم؟

بلی. علاوه بر اچ آی وی، امراض بیشتری مانند STIs (امراض از طریق مقاربت جنسیموجود میباشند که باعث پریشانی میگردد. این امراض علل اساسی غیر امیدواری زنان میگردد، هرگاه تداوی آن صورت نگیرد، هنگام دوران حامله گی منجر به ایجاد مشکلات برای مادر و نوزاد میگردد. همچنان ویروس قابل انتقال هنگام مقاربت جنس (HPV) باعث سرطان گردن میگردد.

امراض عامه که از اثر مقاربت جنسی انتقال میابند

چندین نوع امراض مختلف STIs موجود میباشند. چندین امراض از قبیل گونوریا و کلامیدیا مانند اچ آی وی از طریق نطفه یا مایعات آله تأنیث انتقال میابد. امراض دیگر STIs مانند سیفلیس، تبخال تناسلی و شانکروید باعث زخم تناسلی میگردند و از طریق تماس جلد با جلد انتقال میابد. انتقال HPV از طریق تماس پوست تناسلی یا ساحه لعاب مصاب شده صورت میگیرد. بعضی از امراض STIs بدون علایم ظهور مینمایند. برای خانم ها و دختران که از نگاه جنسی فعال باشند باید طور دوره ای بخاطر امراض STIs توسط نرس یا داکتر معاینه گردند.

کندم ها خطرات امراض STIs را بطور قابل ملاحظه کاهش میدهد. مگر باز هم بعضی امراضSTIs ، مخصوصاً آنهای که باعث زخم تناسلی میگردد، شاید جلوگیری نگردد در صورتیکه کندم ساحه مصاب شده را نپوشاند. علایم امراض STIsعبارت از انزال شدن آنی آله تناسلی یا آله تأنیث، سوزاك، یا درد در هنگام رفع حاجت ، و درد یا آبله در اطراف آله تناسلی میباشد. امراض STIs باعث خون ریزی غیر عادی (از دوران قاعدگی غیرمنظم تشخیص میگردد) و درد آله تأنیث در هنگام مقاربت جنسی میگردد. اگر شما فکر میکنید که شما به چنین مرض STIsمصاب هستید، شما باید آنرا تشخیص و تداوی نمائید. امراض STIs مشابه اچ آی وی نمیباشند که علاج نداشته باشند، اکثر امراض STIs با تداوی نسبتاً ساده علاج میگردد. این تداوی ها نه تنها مرض را خاتمه میدهد بلکه تأمین مینماید که شخص مذکور اشخاص دیگر را مصاب نمیسازد. در صورتیکه شما مصاب به مرض STI باشید، در ابتدا شاید شما احساس شرم کنید که خود را به نرس یا داکتر نشان دهید. شما شاید کوشش کنید که علاج مشکوك خانگی را اجرا نمائید - ادویه را صرف نمائید که برای مرض STI در ست نباشد، یا شاید از رفقای تان انتی بیوتیك را بخواهید. شما باید بطور کلی چنین روش را اتخاذ ننمائید. تداوی نادرست امراض STIs صرف باعث خرابی بیشتر میگردد وشاید در مقابل ادویه موجوده مقاوم گردد. هنگامیکه شما مصاب به مرض STIs میگردید ، تداوی ان نه تنها علامه احترام به خود است، بلکه نشان دهنده این است که شما به همسر خویش نیز احترام مینمائید. هرگاه شما مصاب به مرض STI باشید، باید همبستر خویش را باخبر سازید و به وی مشوره دهید که در جستجوی تداوی گردد.

دلیل فوق العاده مهم دیگر وجود دارد که چرا ماباید بخاطر امراض STI فوراً تداوی نمائیم، زیرا امراض غیر تداوی شده STIs خطر انتقال اچ آی وی را فوق العاده زیاد میسازد.

منابع بهتربرای اینکه چطورمسائل اچ آی وی/ایدز را با اطفال تان مطرح نمائید در ویب سایت یوان ایدز دریافت میتوانید. (http://unworkplace .unaids.org/)





عدم معالجه امراض STIs خطر انتقال اچ آی وی را بیشترمی سازد. اگر شما فکر می کنید که مبتلا به آنشده اید هرچه زودتر تشخیص نموده ومعالجه را شروع نمائید

انتقال امراض STIs و اچ آی وی

شواهد نشان میدهد که امراض غیر تداوی شده STIs این احتمال را زیاد میسازد که اشخاص غیر مصاب شده را به مرض اچ آی وی مصاب ساخته و اشخاص مصاب شده به اچ آی وی وایروس را به اشخاص دیگرنیز انتقال دهند. مطالعات نشان میدهد که موجودیت امراض غیر تداوی شده STIs انتقال مرض اچ آی وی را شدید تر میسازد. از همیجهت، تداوی سریع و مؤثر امراض STIs باعث وقایه سریع اچ آی وی میگردد.

در مورد اچ آی وی/ ایدز چطور با اطفال خود صحبت نمائیم؟

تعلیم و تربیه اطفال در مورد مسائل جنسی در اوائل سن آغاز میگردد.مقایسه اعضای جنسی اطفال کنجکاوی طبیعی ایشان را در مورد مسائل جنسی وانمود میسازد. در اکثر ممالك، همینکه اطفال بزرگ میشوند ، آنها توسط عکس های برهنه که در تلویزیون، فلم و انترنت نشان داده میشوند مورد تهاجم قرار میگیرند، و این عکس ها همنشین ایشان میگردند. در جهان که مملو از ایدز میباشد، جوانان ضرورت دارند تا به خطرات که به مسائل جنسی ارتباط دارند معلومات دقیق حاصل نمایند. آنها ضرورت دارند که با مهارتهای آراسته گردند تا ایشان را وادار نماید که در شرایط دشوار روش های صحی را اختیار نمایند. هنگامیکه جوانان به شواهد علمی وسالم آراسته گردند، تعلیم و تربیه وسیع مکاتب در مورد مسائل جنسی انسان و ایدز برای جوانان معلومات مصئون زندگی را فراهم مینماید وبرای ایشان فرصت های را فراهم مینماید که ارزش های خویش را در برابر مسائل جنسی توضیح نمایند. برخلاف ترس والدین، مطالعات نشان میدهد که تعلیم و تربیه سالم در مورد مسائل جنسی در مکتب اطفال جوان را در اوائل سن وادار به مسائل جنسی نمینماید. اگر شما والدین اطفال مکتب باشید، شما باید اطفال خویش را در مورد پالیسی های تعلیم و تربیه مسائل جنسی پرسان نمائید تا این امر تأمین گردد که مکتب پروگرام با کیفیت عالی را ارائه مینماید. همچنان والدین باید به اطفال خود در مورد اچ آی وی/ ایدز صحبت نمایند. آنهای که والدین هستند شاید در موقف بهتر قرارداشته باشند تا آن معلومات نادرست و تصاویر مبتذل را درمورد مسائل جنسی خنثی نمایند که اطفال آنرا ازطریق وسائل اطلاعاتی یا همنشینان خویش کسب مینمایند. همچنان خانه بهترین جای است که اطفال میتوانند ارزشهای مسائل جنسی را و شرافت نفس را تدریجاً کسب نمایند.



مباحثه با اطفال خویش در مورد مسائل جنسی به ذات خود یك مشکل است.

اگر شما در مورد مطرح کردن مسائل جنسی با اطفال خویش مشوش هستید، شما باید مشوره را از معلمین، رفقای با اعتماد، اقارب یا کارمندان صحی کسب نمائید. بعضی موسسات خدماتی ایدز شاید برای اطفال در مورد ایدز تعلیم دهند. همچنان ملل متحد سفارش مینماید تا نمایندگی ها مباحثات رامیان والدین سازماندهی نمایند تا در مورد ستراتیژی های صحبت صورت گیرد تا آنها با اطفال خویش در مورد مسائل جنسی گفتگو نمایند.

جوانان ضرورت برای معلومات درست درمورد خطرات مربوط به عمل جنسی دارند. والدین باید درمورد اچ آی وی/ایدز با اطفال شان صحبت نمایند

در بعضی ممالك، ملل متحد جلسات خاص را برای نوجوانان سازماندهی نموده است تا در مورد اچ آی وی/ ایدز معلومات بیشتر کسب نمایند . مگر باز هم، شما تصمیم اتخاذ نمائید تا مسائل روابط جنسی را با اطفال خویش مطرح نمائید، شما باید آمادگی بگیرید که طور آشکار صحبت نمائید تا هرنوع تردید رفع گردد و محرمیت اطفال رعایت گردد. در مورد اینکه چطور با اطفال مسائل جنسی، اچ آی وی/ ایدز مطرح گردد، یك تعداد منابع معلوماتی فوق العاده در ویبسایت یوان ایدز (UNAIDS)موجود میباشند.
http // unworkplace.unaids.org

تماس از طریق خون:

چطور از اخذ نمودن خون مصاب شده با اچ آی وی اجتناب ورزیم؟

ذخایر خون در اکثر حصص جهان (نه بطور کل) فعلاً بخاطر انتی بادی اچ آی وی معاینه میگردد. جایکه معاینه خون انجام میابد، هرگاه یونت های خون دریافت گردد که ملوث با اچ آی وی میباشند از ذخیره خون مجزا میگردد که بدین ترتیب احتمالاً خطر انتقال اچ آی وی حذف گردد. منحیث کارمندان ملل متحد، ما حق داریم که از خدمات طبی ملل متحد در مورد منابع خون مصئون معلومات دریافت نمائیم.

هرگاه ما تزریق خون را حاصل نمائیم که تحت مواظبت خدمات طبی ملل متحد قرارداشته باشد یا به کارمندان صحی ملل متحد ارتباط داشته باشد، ما مطمئن شده میتوانیم که کوشش ها جهت تأمین خون مصئون صورت گرفته است.

متأسفانه در بعضی حصص جهان خون همیشه معاینه نمیگردد. خصوصاً زمانیکه شما خون را اخذ مینمائید که توسط آن کارمندان صحی تطبیق میگردد ارتباط به ملل متحد ندارند، درینصورت خطر وجود دارد که باخون مصاب شده اچ آی وی یا امراض ناشی از خون تماس حاصل گردد.



سیستم خدمات ملل متحد سعی می کندتا خون که اخذ میگردد مصئون باشد. دراکثر حصص جهان خون از نگاه ملوث بودن با مکروبهای دیگرتست نمیگردد

منحیث کارمندان ملل متحد، چطور میتوانیم از تماس با خون ملوث شده به اچ آی وی در جریان کار اجتناب نمائیم؟

کارمندان ملل متحد در بسیاری فعالیتهای مصروف هستند که آنها را وادار میسازد تا خون اشخاص دیگر را اخذ نمایند. حادثات ترافیکی، تصادم در خانه یا محل کار نه تنها به ذات خود خطرات صحی میباشند، بلکه شاید تصوراً منتج به حاصل نمودن خون گردد.
خوشبختانه، ما از تجربه ۲۰ ساله خویش از اچ آی وی دریافت نموده ایم که ویروس به مشکل انتقال میابد. زیرا اچ آی وی از طریق جلد سالم انتقال یافته نمیتواند. جد و جهد اولی ما این است که از حادثات جلوگیری نمائیم تا در جستجوی کسب خون نگردیم. پالیسی ملل متحد در مورد جلوگیری از حوادث ترافیکی تأکید مینماید. از تمام مامورین ملل متحد و مردم دیگری که از وسایط رسمی ملل متحد استفاده مینمایند باید کمربند ها را در همه وقت بسته نمایند. هرگاه کدام تصادم صورت میگیرد، مهمترین روش آنست که از روش احتیاط جهانی پیروی گردد. این ستراتیژی میپندارد که هرکس طور بالقوه به اچ آی وی و یا به امراض ناشی از خون مانند کم خونی مصاب میباشند.

با در نظرداشت ستراتیژی احتیاط جهانی هیچ خونی بصورت مصئون تلقی نمیگردد. برای اینکه از احتیاط جهانی پیروی گردد، این امر مستلزم آنست تا پلانگذاری و آمادگی پیشرفته صورت گیرد. کیت های کمك اولیه ملل متحد که باید در تمام دفاتر و وسایط نقلیه ملل متحد موجود باشند دارای دستکش های میباشد که باید پیش ازینکه به خون یا زخم شخص تماس حاصل گردد پوشیده شوند. همچنان این ها دارای مواد شستشو میباشند که با آب مخلوط شده و خون یا سائر مایعات ریخته شده با آن پاك میگردد. ازینکه تصادمات درخانه و محل کار صورت میگیرد، بنابرآن شما باید به بسیار آسانی به کیت کمك اولیه در خانه دسترسی داشته باشید.

احتیاط جهانی

احتیاط جهانی به اساس فرضیه استوار است که تمام مایعات بدن اچ آی وی یا امراض ناشی از خون را دارا میباشند. درینجا بعضی قوانین موجود میباشند که در زمان اتخاذ احتیاط جهانی از آن باید پیروی گردد.



ستراتیژی احتیاط جهانی میپندارد که هرکس بطور بلقوه عفونی می باشد

- **بسته کردن زخم.** هرگاه بالای جلد زخم داشته باشیم، زخم مذکور باید توسط بنداژ پلاستیکی بسته گردد.
- **دستان تان را بشوئید.** بعد از تماس باخون یا مایعات بدن، بعد از رفتن به تشناب یا پیش از نان خوردن و بعد از دور نمودن دستکشهای چرمی دستها باید توسط صابون و آب گرم شسته شوند.
- **پاك نمودن.** خون یا سایر مایعات ریخته شده بدن باید توسط مخلوط تازه شستشو خانگی (بخش اول) و آب (بخش دوم) پاك گردد. دستپاك کاغذی باید استعمال گردد و در زباله دانی پلاستیکی انداخته شود. بخاطر داشته باشید که در هنگام پاك کاری دستکش های رابری را بپوشید.
- **دستکش ها را بپوشید.** دستکش ها باید یکبار پوشیده شوند و بعداً در زباله دانی پلاستیکی انداخته شوند. اگر لازم باشد، بعوض دستکش ها از خریطه های خورد پلاستیکی استفاده گردد. در حالیکه دستکش ها بسیار زیاد سفارش میگردد، ما باید بخاطر داشته باشیم که جلد سالم یك مانع خوب در مقابل اچ آی وی میباشد، زیرا ویروس در جلدبدون زخم داخل شده نمیتواند. هرگاه جلد باخون دیگر تماس حاصل نماید، ما باید هرچه زود تر آنرا با صابون و آب گرم بشوئیم.
- **لباس را بشوئید.** چیز های چرك را در خریطه های پلاستیکی مهر شده نگهداری نمائید.ما باید لباس چرك را طور جداگانه در آب گرم و صابون دار بشوئیم و آنرا در جای مناسب نگهداریم.
- **دور انداختن مواد فضله.** احتیاط باید شود هنگام که مواد فضله را دور می اندازید شاید حاوی مواد ملوث شده و سوزن های استفاده شده باشند. مواد آلوده شده به خون یا دیگر معایات بدنی را درخریطه های پلاستیکی مهر شده دور اندازید.

حادثات:
امکان دارد که حادثات ترافیکی در هر مقطع زمانی رخ دهند، از همینجهت ما باید باخود کارتی را داشته باشیم که حاوی موضوعات ذیل باشد مانند: شهرت شخص (اسم ولد) وگروپ خون، اسم و نمبر تیلفون شخصی که با وی تماس گرفته میشود، و نمبر تیلفون بیمه صحی مربوطه. همچنان در کارت باید نمبر تیلفون خدمات امنیتی ملل متحد شامل باشد. کارت آگاهی درین رساله ضمیمه میباشد. آن را ازین رساله اخذ نموده بصورت درست خانه پری کنید، و همه وقت باخود داشته باشید. اگر شما بخاطر کمك میخواهید به کسی تیلفون کنید، باید تیلفون موبایل، کارت تیلفون یا نمبر تیلفون های عامه را باخود داشته باشید.

چه واقع خواهد شد اگر من مورد تجاوز جنسی قرار بگیرم؟
متأسفانه خطر تجاوزجنسی در هر نقطه جهان موجود میباشد. هرگاه شما قربانی چنین تجاوز جنسی قرار گرفتید، احتمال دارد که شما مصاب به اچ آی وی شوید.

اگر من به این امر معتقد گردم که هنگام کار مصاب به اچ آی وی شده ام چه کاری را انجام دهم؟

اگر در اثنای اجرای وظیفه یا در نتیجه تجاوز جنسی شما معتقد هستید که مصاب به اچ آی وی شده اید - شما باید فوراً به خدمات طبی ملل متحد تماس حاصل نمائید. خدمات طبی ملل متحددر تمام کشورهای که ملل متحد نمایندگی دارد
بسته های مانع مرض (PEP) را برای کارمندان و خانواده های شان از طریق متخصصین ملل متحد یا آمر امنیتی تهیه میدارد. کیت های مانع مرض (PEP) یك تداوی عاجل طبی میباشد که درصورت مصاب شدن تصادفی به اچ آی وی خواه در اثنای اجرای وظیفه یا در نتیجه تجاوز جنسی باشد بکار میرود. تداوی مذکور باید بعد از ۱ـ ۲ ساعت مصاب شدن ممکنه اچ آی وی صورت گیرد و ترجیح داده میشود که بیشتر از ۴۸ـ۷۲ ساعت سپری نگردد. به اساس اطلاعات محدود موجوده، چنین اظهار میگردد که هرقدر تداوی زود تر آغاز گردد، موثریت آن به همان اندازه بیشتر میباشد. این یك نظریه خوبی است که پیش ازمصاب شدن باالقوه در هر محل کار جستجو گردد که به کیت های مانع مرض(PEP) چطور دسترسی حاصل شده میتواند.



اگر شما مورد تجاوز جنسی قرار گرفتید، احتمال دارد که شما مصاب به اچ آی وی گردیده باشید. منحیث کارمندان ملل متحد شما حق استفاده از معالجه توسط PEP را دارید

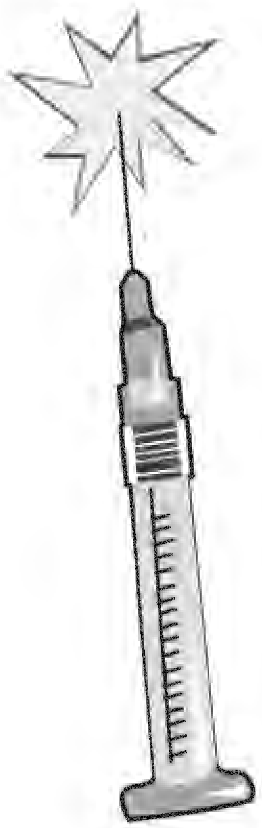
آیا من به اچ آی وی مصاب خواهم شد هنگامیکه در سپورت یا فعالیتهای دیگر مصروف باشم؟
تا حال کدام حادثه انتقال مرض اچ آی وی در هنگام سپورت یا فعالیتهای دیگر مستند نگردیده. در صورت جراحت یا خونریزی، ما باید از میتود احتیاط جهانی پیروی نمائیم، زخم را پاك نمائید، دوای ضد عفونی را بکار برید، و زخم را بسته نمائید. هرگا ما یا عضو جوان خانواده ما از طرزالعمل های غیر طبی کاربگیریم مانند خال کوبی که در نتیجه آن چیزی در داخل جلد نفوذ نماید، ماباید متیقن باشیم که سامان آلاتی که بکاربرده میشود باید بصورت درست تعقیم گردد.

اچ آی وی به مشکل سرایت مینماید، اما سامان آلاتی که درین طرز العمل برای یك شخص بکار میرود بصورت درست تعقیم نگردد شاید خطری را وضع نماید. ترجیح داده میشود که برای هر شخص از سوزن واحد استفاده گردد.

مثال برای پیچکاری مصئون

آیا مصئون خواهد بود اگر پیچکاری نمایم؟

هیچکدام ما وشما باید بصورت مشترك از سوزن و سامان الات پیچکاری استفاده ننمائیم. اگر ما مواظبت طبی را از خدمات طبی ملل متحد یا کارمندان صحی ملل متحد دریافت مینمائیم، کوشش باید صورت گیرد که سوزن های که بمنظور پیچکاری بکار میرود باید بصورت درست تعقیم شده باشند وما را در معرض اچ آی وی قرار ندهد. اگر ما ضرورت داشته باشیم که خارج از مواظبت صحی ملل متحد پیچکاری نمائیم، ما باید از سوزن ها و آن سامان آلات تزریقی استفاده نمائیم که بصورت یکبارگی استعمال میگردد و ما آن سامان آلات را باید یك بار استعمال نمائیم. از آن جایکه از طرز العمل های مصئون پیچکاری کردن در مراکز صحی استفاده نمیگردد و همواره ممکن نمیباشد که سامان الات پیچکاری تعقیم شده خریداری گردد، کیت های طبی سازمان صحی جهان (WHO) که در ملل متحد موجود میباشد دارای سوزن ها وسرنج های اند که بصورت یکبارگی استعمال میگردند.
اگر سامان آلات پیچکاری تعقیم شده به دسترس ما قرار نگیرد، ما خطر مصاب شدن به اچ آی وی را طوری کم مینمائیم که سرنج ها وسوزن های قبلاً استعمال شده را با آب جوش مکررا میشوئیم، و بعداً حد اقل سه مرتبه با مواد شیمیای خانگی و آب آنرا پاك میشوئیم. مطالعات نشان میدهد که چنین اقدامات ٪ ۱۰۰ مؤثر نمیباشد، از همین جهت از آنها منحیث آخرین وسیله استفاده بعمل می آید.



منبع دوم انتقال مرض همانا بکار بردن سوزن های ملوث شده ویا سرنج ها درزمان استفاده ادویه جات از طریق پیچکاری می باشد

چطور اشخاص استعمال کننده ادویه جات ازطریق پیچکاری خودرا از خطر اچ آی وی مصئون نگهدارند؟

درحالیکه مقاربت جنسی غیر مصئون وسیله مهم برای مصاب شدن اچ آی وی جدید بشمار میرود، مگر منبع دوم انتقال مرض عبارت از بکار برد سوزن های ملوث شده با ادویه جات میباشد. پروگرام احیای مجدد ادویه جات ستراتیژی های طویل المدت و مؤثر را برای جلوگیری اچ آی وی از طریق استعمال پیچکاری های ادویه جات پیشکش مینماید. پلان های بیمه طبی ملل متحد مصارف چنین پروگرام های معالجوی را دربر میگیرد. ما سفارش مینمائیم که با خدمات طبی ملل متحد یا کارمندان صحی ملل متحد گفتگو نمائید تا پلان های ممکنه معالجوی را دریافت نمائید.

تا زمانیکه احیای مجدد ادویه و بهبودی دوامدار طور موفقانه تکمیل میگردد، اشخاص که ادویه را استعمال مینمایند باید مراحل را اتخاذ نمایند تا از مصاب شدن به اچ آی وی جلوگیری بعمل آید. در اکثر حصص جهان جائیکه ادویه از طریق پیچکاری استعمال میگردد، در آنجا پروگرام های تبدیلی سوزن یا سورنج برای استعمال کننده گان ادویه جات ازطریق پیچکاری موجود میباشند، تا آنها بتوانند از سامان آلات پیچکاری تعقیم شده استفاده نمایند. مطالعات نشان میدهد که چنین پروگرام ها خطر انتقال اچ آی وی را کاهش میدهد بدون اینکه از ادویه جات بیشتر استفاده بعمل آید.

فصل اول

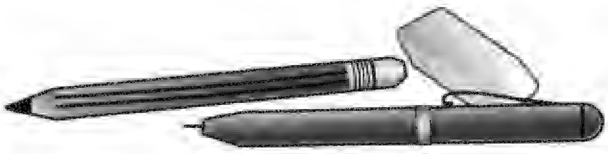


آیا مرکبات غیر تزریقی، مانند الکول یا ادویه جات که از طریق تنفس اخذ میگردد، در انتقال اچ آی وی کمك مینماید؟

بلی. گرچه الکول یا ادویه جات غیر تزریقی شما را مستقیماً در معرض خون اشخاص دیگر قرار نمیدهد، مگر ادویه جات مذکور شما را وادار میسازد تا آن خطر را متحمل شوید (مخصوصاً هنگام مقاربت جنسی) که شاید به نحو دیگر آنرا تحمل ننمائید.

انتقال بیماری از مادر به طفل

لطفاً به فصل بعدی این رساله جهت دریافت معلومات در مورد جلوگیری انتقال اچ آی وی از مادر به طفل مراجعه نمائید.



خویشتن را از اچ آی وی محافظت نمائید

- حال که این فصل رساله را مطالعه نمودید، راجع به اینکه چطور خویشتن را از اچ آی وی محافظت نمائید چه آموخته اید؟

- به سطح محلی از کجا شما کندم های (مردانه وزنانه) را دریافت کرده میتوانید؟

- چه وقت توقع دارید که ملل متحد نمایشاتی را در مورد کندم برای مردان و زنان فراهم نماید؟

- هرگاه در اثنای وظیفه تجاوز جنسی باشما صورت گیرد یا نیاز به گرفتن خون داشته باشید ، به سطح محلی جهت اخذ کیت های (PEP) با کی در تماس میشوید؟

- چطور پلانی را طرح مینمائید تا با همبستر تان، با اطفال، با اعضای دیگری خانواده و رفقای تان درینمورد صحبت نمائید؟

  نظریه شما در مورد پلان شخصی وقایوی در مقابل اچ آی وی چه است؟

- یاداشت های اضافی

فصل



**برای اینکه با اچ آی وی طور صحتمند زندگی نمائید،
شما و خانواده های‌تان باید موارد آتی را مراعات نمائید:**

- درجستجوی کمك و معلومات باشید
- صحت خویش را مواظبت نمائید
- حالت مالی خویش را مواظبت نمائید و هرگاه به تداوی ضرورت باشد، دقیقاً به تقسیم اوقات معالجوی ما گرایش نشان دهید
- برای آینده پلان بسازید
- از اطفال خویش مواظبت خاص نمائید
- از طریق صحبت آشکار در مورد اچ آی وی/ ایدز و رعایت حقوق کارمندان دیگر، که در آن کارمندان که به اچ آی وی مصاب اند نیز شامل میباشند، در ایجاد محل کار مناسب و مصئون سهمگیری نمائید

زندگی نمودن

با اچ آی وی طور مثبت زندگی نمائید

آیا من بخاطر اچ آی وی معاینه شوم؟



در جهانی که مملو از اچ آی وی/ ایدز است ما باید راجع به حالت اچ آی وی خود بدانیم. برای آنهای که مصاب به اچ آی وی میباشند لازم است تا به اسرع وقت خود را معاینه نمایند ، تا اینکه داکتر معالج صحت آنها را مراقبت نموده و در زمان مناسب تداوی نماید. برای آنهای که مصاب به اچ آی وی نمیباشند، معاینه نمودن میتواند تشویش شان را کم ساخته و برای آنها فرصت های را فراهم نماید تا پلان وقایوی اچ آی وی خویش را با مشاورتربیه شده مشخص نمایند. نتایج معاینات ما بصورت محرمانه نگهداری خواهد شد. ملل متحد هرگزاز ما تقاضا نمی نماید که بخاطر اچ آی وی تست نمائید، گرچه بسیار زیاد سفارش میگردد که کارمندان و خانواده های شان بصورت داوطلبانه چنین کار را اجرا نمایند. همچنان از ما تقاضا نخواهد گردید که اسناد وضعیت اچ آی وی خویش را به سوپروایزر یا همکار دیگر نشان دهیم. خدمات طبی ملل متحد لست مؤثق منابع مشورتی اچ آی وی و تست را برای ما فراهم کرده میتواند. درین اواخر، تست نمودن اچ آی وی چندین روز را بخاطر اخذ نتایج آن در برمیگیرد. در اکثر مراکز طبی و محلات که معاینه صورت میگیرد، فعلاً کارمندان مواظبت صحی از تست سریع استفاده مینمایند که نتایج بسیار دقیق را در مورد موضوع مربوطه ببار می آورد.

ما باید حالت اچ آی وی خودرا بدانیم اگرمعاینه نمائیم پریشانی ما تقلیل یافته و ما میتوانیم با کمك یك تن مشاور پلان وقایوی شخصی خودرا تطبیق نمائیم

مگر من حقیقتاً فکر مینمایم در معرض خطر مصاب شدن اچ آی وی قرار ندارم. اگر در معرض خطر قرار ندارم، چرا تست نمایم؟

البته صرف شما میتوانید خطر مصاب شدن خویش را ارزیابی نمائید. مطالعات آنعده مردم که با اچ آی وی زندگی مینمایند نشان میدهد که عده زیاد کسانیکه که با اچ آی وی زندگی مینمایند پیش از تشخیص درمورد خطر مرض بی‌خبر بودند. ما باید درمورد وضعیت اچ آی وی خود طوریکه فشار خون و کولسترول را کنترول مینمائیم فکر کنیم، دانستن وضعیت اچ آی وی یك طریقه دیگر محافظت صحت میباشد.

من بخاطر تست نمودن راجع به اچ آی وی هراس دارم. من میدانم اگر منحیث اچ آی وی مثبت تست گردم، پریشان خواهم گردید.

اگر هرکدام ما راجع به تست نمودن فکر کنیم، با درك این حقیقت که ما اولین اشخاصی نیستیم که به اچ آی وی مصاب شده ایم، ما آرامش خویش را حفظ کرده میتوانیم. تست نمودن بخاطر اچ آی وی تا اندازه ای هراس آور میباشد.
ر کدام ما وشما باید بدانیم که مشاور ماهر موجود خواهد بود تا برای ما کمك و جوابات سوالات مربوطه را پیش از تست نمودن و بعد از دریافت نتایج فراهم مینماید. بهتر خواهد بود تا بخاطر بیاوریم که در هرنوع نتیجه حاصله از تست اچ آی وی میتوانیم زندگی نمائیم. بعید از سرایت قبلی مرض، هرگاه تشخیص برای شخصی که اچ آی وی مثبت تست میگردد هراس آور باشد، امروز چنین امکاناتی موجود است که با چنین مرض زندگی نمود. یا در نظرداشت سطح تشویش شما در مورد اخذ نتایج تست، شما شاید درنظر داشته باشید که شما دوست یا معشوقه دارید که منتظر است تا با شما بعد از اخذ نتایج صحبت نماید. در حالیکه بعد از تست مشاورموجود میباشد تا هراس شما را رفع نماید و برای شما معلومات وسیع ارائه نماید، این امر همچنان کمك مینماید که شما شبکه کمکی داشته باشید تا شما را از هراس نجات دهد.

من میترسم اگر اچ آی وی مثبت تست گردم،تنها خواهم ماند، آیا این حقیقت است؟

هیچکدام ما وشما تنها نخواهیم ماند اگر اچ آی وی ما مثبت باشد. گرچه مصاب شدن به اچ آی وی یك چلنج بزرگ برای زندگی میباشد، اما در سراسر جهان میلیون ها نفر با اچ آی وی زندگی مینمایند. هر کدام ما وشما که دارای اچ آی وی مثبت باشیم باید فکر کنیم که در کشور خویش با موسسه خدماتی ایدز یا شخص مسئول ملل متحد در مورد اچ آی وی/ ایدز در تماس شویم تا معلومات را در مورد گروپ کمکی مشترك دریافت نمائیم. تعداد زیادی از محلات کار دارای گروپ های کمکی میباشند. از طریق مطرح نمودن تجارب خویش با آنعده مردمی که مصاب به مرض مذکور میباشند، میتوانیم تشویش خویش را کم نمائیم، ستراتیژی های جدید را در مورد مقاومت علیه مرض اچ آی وی می آموزیم، و با مردم که به چلنج مشابه روبرو هستند روابط دوستی را برقرار مینمائیم.

اگر شما میخواهید خارج از محل کار خویش طور محرمانه با مشاور اچ آی وی / ایدز ملل متحد صحبت نمائید، شما میتوانید با دفتر مشاور مامورین ملل متحد در نیویارك به این شماره تماس حاصل نمائید. ٤٧٨٢ - ٩٦٣ - ٢١٢ -١+



اگر من اچ آی وی مثبت داشته باشم، امکان دارد با من از تبعیض کار گرفته شود یا بامن سلوك نا درست صورت گیرد؟
آیا من میتوانم وضعیت اچ آی وی خود را محرمانه نگهدارم؟

طرق دیگر حفاظت صحت ما دانستن در مورد حالت HIV ما است

آنهای که دارای اچ آی وی مثبت هستند، برای آنها مشکل خواهد بود تا در مورد وضعیت اچ آی وی خود با دیگران صحبت نمایند. این یك امر طبیعی است که آنها شاید در مورد این موضوع تشویش داشته باشند که شاید توسط خانواده، رفقا، همسایه ها یا همکاران مورد تحقیر قرارگیرند. متأسفانه، تبعیض درمقابل اشخاص که دارای اچ آی وی میباشند یك مسئله عام میباشد، ازهمینجهت، آنهای که دارای اچ آی وی مثبت هستند باید با کسانی مسئله را طرح نمایند که بالی شان اعتماد داشته باشند.

عموماً، اکثر مردم که دارای اچ آی وی هستند میخواهند که وضعیت اچ آی وی خود را با رفقای با اعتماد شان مطرح نمایند. مؤسسه خدماتی ایدز با ما کمك مینماید که بکدام طریقه بهتر وضعیت اچ آی وی را مطرح نمائیم. از طریق مطرح نمودن چنین وضعیت ها، آنهای که داری اچ آی وی مثبت هستند میتوانند از کمك و مشوره های مردم که بالای آن اعتماد دارند مستفید گردند. موجودیت یك شبکه قوی اجتماعی مهم میباشد زیرا ازین طریق با اچ آی وی طور مناسب زندگی کرده میتوانیم.

گرچه، منحیث کارمندان ملل متحد، هرگز کسی ما را وادار نمیسازد تا وضعیت اچ آی وی خود را با سوپروایزر یا همکاران خود مطرح نمائیم، مگر هرگاه چنین معلومات با سوپروایزربا اعتماد یا همکاران مانند اشخاص مسلکي منابع بشری مطرح گردد شاید فوایدی را درقبال داشته باشد. مطرح نمودن چنین وضعیت ها شاید این موضوع را سهل سازد که چرا ما ضرورت داریم تا بخاطر مواظبت طبی رخصتی اخذ نمائیم، یا چرا مانیاز داریم که به اساس تقسیم اوقات تغیرپذیر کار نمائیم. در شرایط طویل المدت مخفی نگهداشتن وضعیت اچ آی وی شاید باعث پریشانی وتشویش گردد. بالاخره مربوط به تصمیم ما است که چنین وضعیت ها افشا گردد یا نه.

اگر من اچ آی وی مثبت داشته باشم، آیا ملل متحد برای من اجازه کار خواهد داد؟

هرکدام ماوشما که در ملل متحد کارمینمائیم، ترقی و تنزل و انتخاب وظیفه برای ما به اساس مرض اچ آی وی داده نمیشود. اکثر مردم که مصاب به اچ آی وی هستند میتوانند در داخل یا خارج سیستم ملل متحد کار نمایند. در سیستم ملل متحد اجرای وظایف مورد نیاز منحصراً مربوط به شرایط طبی میباشد. هرگاه ما بکدام پست جدید ملل متحد تعین میشویم یابه ماموریت اعزام میگردیم، خدمات طبی ملل متحد آزمایش طبی ما را اجرا مینماید تا شایستگی فزیکی ما را برای وظیفه جدید تعین نماید. بخاطرداشته باشید که خدمات طبی ملل متحد شما را بخاطر اچ آی وی بدون رضایت شما تست نمینماید. با در نظرداشت ماهیت وظیفه، موقعیت آن، وحالت صحی ما، خدمات طبی ملل متحد شاید از تصدیق نمودن این امر امتناع ورزد که ما مناسب برای وظیفه خاص هستیم. درین حالت، مامورین طبی مجرب صرف بعد از ارزیابی حالت صحی ما تصمیم اتخاذ مینمایند. در سیستم ملل متحد کسی اجازه ندارد که کسی را بخاطر اچ آی وی اخراجنماید. اگر اجازه طبی باعث ممانعت وظیفه جدید گردد، خدمات طبی ملل متحد به سوپروایزرشما یا همکاران شما هنگام آزمایش طبی ماهیت حالت صحی شما را آشکار نخواهد نمود. در تمام حالات ، خدمات طبی ملل متحد محرمیت معلومات طبی تمام پرسونل را که شامل وضعیت های اچ آی وی میباشند محفوظ نگه میدارد، اگر تصمیم گیرید که وضعیت صحی خویش را برای شان آشکار نمائید. هرگاه در هر مقطع زمانی، شما نتوانید که در نتیجه مرض اچ آی وی وظیفه خویش را اجرا نمائید، سیستم ملل متحد شرایط کار شما را تعدیل مینماید تا در سیستم ملل متحد به کار خویش ادامه داده بتوانید.

هیچ کدام ما وشما که درملل متحد کارمیکنیم به نسبت اینکه مصاب به اچ آی وی هستیم برطرف از وظیفه نشده، کثر مقام نگردیده واز گرفتن ترفیع با ما ممانعت صورت نمیگیرد



سیستم خدمات طبی ملل متحد تمام معلومات طبی و وضیعت اچ آی وی تانرا طور محرمانه حفظ نموده و این تصمیم خود تان است که اگر می خواهید دیگران را درین مورد آگاه سازید یا خیر

اگر من اچ آی وی مثبت داشته باشم، آیا این مفهوم را دارد که من بزودی مریض میشوم؟

در نتیجه طب پیشرفته، آنهای که به اچ آی وی مصاب هستند فعلاً میتوانند با مریضی خویش طور فعال امرار حیات نمایند. علاوتاً تحقیقات فوق العاده جریان دارد تا معالجه های بهتر تعین گردد و آنهای را که مصاب هستند تحت پوشش بهتر صحی قرار دهد. مرض اچ آی وی یك حالت وخیم طبی میباشد که باید طور جدی در نظر گرفته شود، مگر لزوما مرض مذکور فتوای مرگ را صادر نمینماید.

اگر من اچ آی وی مثبت داشته باشم، چه کاری را انجام دهم که صحت خویش را محافظت نمایم؟

ملل متحد تمام کارمندان خود را تشویق مینماید تا صحت شان را مواظبت نمایند، مخصوصاً این امر برای کسانی مهم میباشد که دارای اچ آی وی میباشند. اگر شما با اچ آی وی زندگی مینمائید، شما باید مواظب باشید که خوراك بیشتر داشته باشید و غذای صحی را صرف نمائید. پروتین ها مانند گوشت، ماهی، لوبیا، بادام و حبوبات عضلات را نمو وثابت نگه میدارد، انرژی توسط کاربوهایدریت تهیه میگردد

و توسط حبوبات، غله، سبزیجات و میوه جات تولید میگردد. شما باید روغن کمتر صرف نمائید و چنین روغن در بادام، حبوبات، روغن هی نباتی وماهی‌دریافت میگردد. از روغن های مضر که درمسکه و تولیدات حیوانی در یافت میگردند پرهیز نمائید.

آنهای که دارای اچ آی وی مثبت میباشند باید توجه زیاد خویش را در تهیه غذا مبذول دارند. دستان شانرا پیش از غذا بشویند و دقیقاً تمام سبزیجات و میوه جات را شستشو نمایند. از تخم یا غذای خام جلوگیری نمائید، غذای باسی یا باقیمانده را در یخچال بگذارید و در ظرف سه روز آنرا صرف نمائید، و غذا های که تاریخ آن سپری شده باشد، آنرا تهیه ننمائید.



کسانیکه HIV مثبت تست شدند فوراً باید در جستجوی داکتر متجربی شوندکه دربخش ایدز متخصص باشد ومعاینات ومشوره های‌وی راتعقیب کنند

اگر شما دارای اچ آی وی مثبت هستید، باید مقدار زیاد مایعات را بنوشید. نوشیدن چای، قهوه، کولا، چاکلیت یا الکول را کم نمائید، زیرا این مایعات باعث از بین بردن مایعات وجود میگردد.

اگر شما متیقن نیستید که ذخیره آب کاملاً خالص نمیباشد، شما باید اب را جوش دهید یا آب جوش داده را بنوشید.

شما باید منظماً تمرین نمائید، کوشش نمائید که حد اقل هشت ساعت هنگام شب استراحت نمائید.

وقتیکه خسته باشید کوشش کنید که استراحت نمائید. و همچنان تشویش و اندوه را کم نمائید. موجود بودن شبکه اجتماعی و کمکی اکثراً کمك مینماید،تا شما باید از خانواده و رفقای اعتمادی تان کمك بخواهید. یکجا شدن با گروپ کمکی برای اشخاص که با اچ آی وی زندگی مینمایند اکثراً طریقه خوب میباشد تا رفقا را در آنجا پیدا نموده و احساس انزوا راکم سازند. اگر شما اچ آی وی مثبت دارید، درچنین حالت اگر سگرت میکشید باید آنرا توقف دهیدسگرت کشیدن شش ها وسایراعضای بدن را متضرر میسازد و آسیب پذیری وجود را در مقابل مرض زیاد مینماید.

خوب است اگر از ادویه غیر لازمی جلوگیری بعمل آید. چنین ادویه جات اعراض جانبی ناگوار را تولید مینماید و تغذی خوب را متضرر میسازد.

اگر شما ادویه جات را اخذ مینمائید که به اچ آی وی ارتباط نداشته باشد، این حالت را با داکتر معالج تان مطرح نمائید.

گرچه این اظهارات مخصوصاً برای اشخاص که با اچ آی وی زندگی مینمایند مهم میباشد، اما اظهارات مذکور حقیقتاً رهنمای خوب برای تمام ما و شما میباشد تا ازآنها بدون وضعیت اچ آی وی پیروی نمائیم.

اگر من اچ آی وی مثبت داشته باشم، آیا به این مفهوم است که من باید فوراً شروع به اخذ ادویه نمایم؟

آنهای که اچ آی وی مثبت دارند باید فوراً یك داکتر معالج را پیدا نمایند که در اچ آی وی ایدز تجربه داشته باشد تا با وی مشوره صورت گیرد و تست ها اجرا گردد. اگر اچ آی وی مثبت شما تشخیص شده باشد، شما باید فوراً به متخصص مراجعه نمائید. در غیر آن در جستجوی کدام مرجع دیگر باشید.

اکثراً متخصصین میخواهند تا تست دوم را بخاطر تائید اچ آی وی مثبت انجام دهند.شما با داکتر معالج خود در مورد مرحله دوم صحبت نمائید. متخصص باید خون اضافی را بخاطر اجرای تست ها اخذ نماید تا وضعیت سیستم دفاعی بدن را ارزیابی نماید. این تست ها مشتمل بر CD4 و اندازه گیری بار ویروسی میباشد. حساب CD4 برای مانشان میدهد

که تاچه حد حجره های سیستم دفاعی در خون کار مینماید. هرگاه حساب CD4 کاهش یابد، برای ما نشان میدهد که بعضی چیزها سیستم تدافعی ما را متضرر ساخته است
از طریق تست ویروسی اندازه میگردد که چقدر اچ آی وی در دوران خون موجود میباشد. تعداد زیاد ویروس در خون نشان دهنده این است که اچ آی وی طور فعالانه زیاد میشود و حجرات جدید را مصاب و از بین میبرد. هرقدر که اچ آی وی در خون زیاد باشد به همان اندازه مرض به سرعت پیشرفت مینماید.
گرچه ادویه جاتی که با اچ آی وی مقابله مینماید فوق العاده مؤثر میباشد، مگر این ادویه جات اعراض جانبی را نیز تولید مینماید. همینکه متخصصین و نرس ها در تنظیم امراض مربوط به اچ آی وی تجربه حاصل نمایند، آنها ادویه جاتی را میشناسند که بیشتر مؤثر بوده و میتواند در جریان مصاب شدن بعدی استعمال گردد. از طریق مراقبت منظم خون خود، و با تعقیب این موضوع که آیا وجود شما احساس تأثیرات مرض اچ آی وی را مینماید یاخیر، داکتر معالج شما میتواند برای شما در مورد معالجه مشوره دهد.

اگر من اچ آی وی مثبت داشته باشم و داکتر معالج نسخه ادویه جات را بمن بدهد آیا میتوانم تداوی ضد اچ آی وی را تدریجاً آغاز نمایم - طور مثال صرف نمودن یك دانه کپسول در یك وقت؟

ازینکه اچ آی وی طور دوامدار تغیر مینماید، بنابرآن سریعاً در مقابل ادویه واحد مقاومت حاصل مینماید. هرگاه مقاومت آن زیاد شد، ادویه مذکور دیگر مؤثر نمیباشد و ویروس ها پس به حالت اولی شان برمیگردند. برای اینکه از انکشاف چنین مقاومت جلوگیری بعمل آید یا بطی ساخته شود، داکتر معالج شما باید حد اقل سه نوع ادویه مختلف ضد اچ آی وی را توصیه نماید. هرگاه اچ ی وی از سه جهت مورد حمله قرارگیرد، تداوی ترکیبی تأثیر اعظمی را بالای ویروس ایجاد مینماید و احتمال زیاد شدن مقاومت ویروس را کم میسازد.

آ یا صرف نمودن سه نوع ادویه بصورت یکباره گی مشکل را ایجاد نمی نماید؟
تداوی ترکیبی اچ آی وی ساده نمیباشد. آنهای که دارای اچ آی وی مثبت میباشند هنگام تداوی ضرورت دارند حد اقل روز دو مرتبه چندین ادویه را صرف نمایند.
با در نظرداشت پرهیز غذایی، آنها در مورد خوردنی شاید محدویت های داشته باشند (مانند صرف نمودن ادویه با غذا) و باید یك یا چند ادویه شان راسرد ساخته صرف نمایند ونیز ادویه جات شان را درجای سرد یا در یخچال نگهدارند.
آنهای که دارای اچ آی وی مثبت هستند، برای ایشان لازم است که ادویه خویش را طوریکه از طرف داکتر معالج هدایت داده شده صرف نمایند. اگر ما کدام دوز ادویه را صرف ننمائیم، آنرا باید به وقت مناسب صرف نمائیم، یا پرهیز غذایی را تغیر دهیم، درینصورت ادویه جات آنقدر مؤثر نمیباشد و مقاومت ویروس هرچه سریعتر انکشاف مینماید.

اگر من اچ آی وی مثبت داشته باشم، چطور متیقن شده میتوانم که مطابق به هدایت داکتر ادویه را صرف مینمایم؟
صرف نمودن ادویه طوریکه هدایت داده شده منحیث گرایش به سوی تداوی محسوب میگردد. مطالعات نشان میدهد که اکثر مردم بدون در نظر داشت حالت طبی شان، سویه تعلیمی و عاید سالانه شان در مورد تداوی دلچسپی نشان نمیدهند. ازینکه تداوی در حالت موجودیت اچ آی وی / ایدز بسیار زیاد مهم میباشد، از همین جهت، مواظبت اضافی باید اتخاذ گردد تا این امر یقینی گردد که ادویه اچ آی وی طوریکه هدایت داده شده باید مکملاً صرف گردد.

بسیاری از آنهای که مصاب به اچ آی وی اند هنوز هم قادر اند طور صحتمند زیست نمایند



علاج چند گانه تاثیر اعظمی بالای ویروس داشته ومانع پیشرفت آن میگردد

آنهایکه دارای اچ آی وی مثبت هستند، هنگامیکه برای شان ادویه جات ترکیبی و پرهیز غذایی داده میشود، بهتر خواهد بود که برای خود پلان تداوی راایجاد نمایند. ماهیت این پلان مربوط به تداوی پرهیز غذایی و زندگی شخص میباشد. برای بعضی اشخاص، ایجاد تقسیم اوقات در فعالیتهای روزمره شان مفید میباشد. برای دیگران، استفاده از پلان های روزانه یا هفته وار جهت پیروی از تقسیم اوقات تداوی مفید میباشد. بعضی مردم از ساعت های زنگدار استفاده مینمایند تا وقت صرف نمودن یك دوز ادویه را بخاطر شان بیاورد، در حالیکه دیگران به کمك اعضای خانواده یا هم اطاق شان ادویه را صرف مینمایند. هنگامیکه رژیم جدید تداوی از داکتر اخذ نمودید پیش ازینکه دفتر داکتر معالج را ترك نمائید، بهتر خواهد بود که در مورد پلان تداوی خویش باوی صحبت نمائید. انکشاف پلان معالجوی مستلزم آن است که ما باید زندگی خویش را در نظر بگیریم و چیزهای را تعین نمائیم که ما را وادار میسازد تا ادویه را به وقت معین صرف نمائیم. بطور مثال، اگر بعد از نوشیدن یك اندازه الکول صرف نمودن ادویه را فراموش کنیم، بهتر خواهد بود که از چنین حالتی اجتناب نمائیم که احتمالاً باعث نوشیدن مقدار زیاد الکول میگردد. هرگاه مادریابیم که پیروی از یك تقسیم اوقات مشکل میباشد زیرا زندگی ما بعضی اوقات بینظم میباشد، بهتر خواهد بود که پابند طرزالعمل های ستندرد باشیم، مانند خوردن غذا در اوقات خاص تا صرف ادویه را بخاطر بیاورد. هرگاه ماصرف نمودن یك دوز ادویه را فراموش کنیم، ما باید آنرا دفعتاً صرف نمائیم زمانیکه بخاطر ما بیآید ، مگر صرف نمودن دوز فراموش شده باید به دوز بعدی مطابقت ننماید، هرگاه مطابقت نماید ، درینصورت ما باید یك دوز را صرف نمائیم. علاوتاً، برای آنهای که اچ آی وی مثبت دارند مهم است که بخاطر خود بیاورند که ما تنها آن کسانی نیستیم که به چنین چلنج مواجه شده ایم. یك تعداد زیاد مردم که با اچ آی وی زندگی مینمایند در عین موقف قرار دارند. ملاقات با ایشان که طی آن تجارب خویش را با ایشان مطرح نمائیم و از آنها چیزی بیآموزیم (با رعایت گرایش به مسائل دیگر) یك طریقه فوق العاده صحی میباشد که میتوانیم در مقابل مرض اچ آی وی مقاومت نمائیم و جهت محافظت صحت خویش ستراتیژی های جدید را بیآموزیم.

ضروراست تاماادویه جات خودرا مطابق به هدایت داکتر معالج خود استفاده نمائیم





میدانم که داشتن اچ آی وی انسان را به امراض دیگر سازگار میسازد. اگر من اچ آی وی مثبت داشته باشم، چطور میتوانم از امراض دیگر خود را محافظت نمایم؟

برای آنهای که مصاب به اچ آی وی مثبت هستند، برای پذیرش امراض دیگر سازگار میباشند مخصوصاً زمانیکه سیستم دفاعی وجود شان شدیداً متضرر گردد. برای اکثر اشخاص، تداوی ترکیبی اچ آی وی سیستم دفاعی وجود شان را تقویه مینماید و سازش را با امراض دیگر کاهش میدهد. اگر شما اچ آی وی مثبت هستید، باید تدریجاً به یك داکتر با تجربه مراجعه نمائید که مرض ایدز را معالجه کرده

اگرمااچ آی وی مثبت ثابت گردیم،داکتر معالج ماادویه جاتی را توصیه خواهد نمود تا از پیشرفت ویروس جلوگیری نماید

ما نکات ذیل را میدانیم:

- اچ آی وی یك ویروسی است که سیستم دفاعی بدن را از بین میبرد
- اچ آی وی از یك شخص به شخص دیگر سرایت مینماید
- انتقال اچ آی وی وقایه شده میتواند
- برای مرض اچ آی وی کدام علاج کلی موجود نمیباشد،ولی بآنهم معالجه های وجود دارد که افراد مصاب را کمك مینماید تا برای چندین سال طورصحتمند زندگی نمایند
- ملل متحد متعهد است تا برای ما معلومات ، کمك و مواد مورد نیاز را فراهم نماید تا به کمك آن بتوانیم در جهان که مملو از اچ آی وی است زندگی نمائیم
- ما وشما در مورد اچ آی وی/ ایدز حقوق و مسئولیت ها داریم
- ملل متحد متهد است تا تأمین نماید که با آنهای که مصاب به این مرض اند، با ایشان همدردی ورفتار خوب صورت گیرد

آگاه باشید

حقایق را درمورد **اچ آی وی / ایدز** بدانید

بتواند تا اینکه سیستم دفاعی شما منظماً مراقبت گردد. از طریق مراقبت منظم سیستم دفاعی ، داکتر معالج شما میتواند تداوی را هدایت دهد که طی آن بعضی از امراض را که مردم مصاب به اچ آی وی را متأثر میسازد جلوگیری نماید.

مردم که مصاب به اچ آی وی هستند، با درنظرداشت آمیزش شان به امراض دیگر، روی این امر تأکید میگردد که دانستن وضعیت اچ آی وی آنها بسیار مهم میباشد. اکثر مردم که مصاب به اچ آی وی هستند و تست نمودن را به تعویق می اندازند زمانی آنها میدانند که اچ آی وی مثبت دارند که به امراض (تهدید کننده زندگی) مواجه شده باشند. هرگاه ما در مورد وضعیت اچ آی وی خویش بدانیم، ما میتوانیم بصورت بهتر صحت خویش را مواظبت و آنرا طور دوره ای مراقبت نمائیم. هرگاه ما به اچ آی وی مثبت مصاب باشیم، داکتر معالج ما میتواند ادویه جاتی را هدایت دهد تا از پیشرفت امراض دیگر جلوگیری بعمل آید.

تداوی مرض توبرکلوز:

یکی از امراض باالقوه که مستلزم مواظبت خاص میباشد مرض وبرکلوز است. توبرکلوز یك نقش فعال را در مرگ ومیر اشخاص که مصاب به اچ آی وی میباشند بازی مینماید و این مرض در اکثر حصص جهان عام میباشد. اکثر مردمی که مصاب به توبرکلوز شده اند در وجود شان امراض فعال را ایجاد نمینماید زیرا سیستم دفاعی شان به تمام امراض دیگر مبارزه مینماید. مگرباز هم، مرض اچ آی وی این احتمال را زیاد میسازد که مرض پنهان شده توبرکلوز به یك توبرکلوز فعال مبدل گردد. تمام ماو شما که دارای اچ آی وی مثبت هستیم باید خود را معاینه کینم تا واضح گردد که اگر به توبرکلوز مصاب شده باشیم، برای آن تداوی های وقایوی انجام یابد.



اگر من یك زن باشم که به اچ آی وی مصاب باشم، آیا مناسب است که من حمل داشته باشم؟

همه ساله صدها اطفال هنگام حامله داری یا ولادت، یا در نتیجه تغذی از پستان مادر مصاب به اچ آی وی میگردند. خوشبختانه، ثابت گردیده که بعضی ادویه جات ضد ویروسی در تداوی مرض اچ آی وی مؤثر میباشند وهمچنان خطر انتقال اچ آی وی را از مادر به طفلش طور قابل ملاحظه کاهش میدهد. مگر باز هم، این ادویه جات خطر انتقال مرض را حذف نمینماید. همچنان اظهاراتی وجود دارد که بعضی از ادویه جاتی که در جلوگیری انتقال مرض از مادر به طفل استعمال میگردد شاید باعث ایجاد مقاومت در مقابل ادویه گردد که این امر مؤثریت تداوی طویل المدت مادران را در مقابل اچ آی وی کاهش میدهد. عجالتاً، ستراتیژی های وقایوی ایجاد میگردد که در جلوگیری انتقال مرض از مادر به طفل مؤثر میباشند.

برای اکثر زنان که دارای اچ آی وی مثبت اند، در مورد اینکه آیا حامله شوند یا نه یك تصمیم فوق العاده مشکل است. در مرحله اول مهم این است که با داکتر مشوره صورت گیرد تا آخرین معلومات را به دسترس شان قرار داده و مشوره وی را حاصل نمایند. جلوگیری مؤثر انتقال مرض از مادر به طفل مشتمل بر چندین اجزای تشکیل کننده میباشد. اگر شما حامله هستید، شما باید مواظبت قبل از ولادت را از کارمندان صحی با تجربه دریافت نمائید.

اکثر دکتوران که مواظبت پیش از ولادت را دارند برای شما هدایت میدهد تا تست های اچ آی وی را اجرا نمائید، اگر داکتر معالج شما چنین هدایت را نداد، شما باید چنین تست را درخواست نمائید.

اگر در نتیجه تست معلوم گردید که پیش از ولادت مصاب به اچ آی وی مثبت هستید، برای شما در مورد انتخاب حامله شدن مشوره خواهد داده شد. اگر شما مصاب به اچ آی وی مثبت هستید و تصمیم اتخاذ نمائید که طفل را بدنیا آورید، داکتر معالج شما برای شما راجع به تداوی اینکه چطور خطر انتقال ویروس به نوزاد شما کم گردد معلومات فراهم مینماید. در اولین معالجه (بسیار موثر) از شما تقاضا میگردد که شما ادویه ضد ویروسی را در جریان ۲۸ هفته دوران حاملگی و ولادت از طریق دهن صرف نمائید که به همین ترتیب نوزاد شما ادویه را از طریق دهن دریافت مینماید. تداوی دوم مشتمل از زیدوودین (AZT) ترکیبی میباشد که بعد از ۲۸ هفته حامله گی آغاز میگردد که طی آن یك دوز نیوراپین در اوایل کار به مادر داده میشود وبعد از یك هفته یك دوز نیوراپین به طفل نوزاد داده میشود.

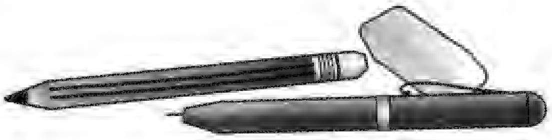
از آن جایکه تغذی از پستان مادر منتج به انتقال اچ آی وی در نوزاد میگردد، برای شما در مورد تغذی کودك نیز مشوره داده میشود. بعد از مشوره ترجیحاً شما میتوانید که نوزاد خویش را به اساس فورمول غذا دهید، به این طریق از تغذی پستان مادر شما از خطر انتقال اچ آی وی جلوگیری مینمائید.



کاهش خطر انتقال مرض از مادر به طفل آن:

در کشور های صنعتی مطالعات نشان میدهد که تمام مجموعه های وقایوی - از قبیل مشوره و تست محرمانه و داوطلبانه، مواظبت جامع پیش از ولادت و مشوره های مربوطه، تداوی ضد ویروسی با رژیم موثر، و مشوره در مورد تغذی بدون شیر مادر - اینها همه خطر انتقال مرض را از مادر به طفل کم مینماید. حتی با تداوی انتیریتروایرل که کم موثر میباشد، خطر انتقال مرض را از مادر به طفل تا ٪ ۲کاهش میدهد در صورتیکه از شیر مادر جلوگیری بعمل آید.

بلاخره، صرف شما تصمیم اتخاذ کرده میتوانید که آیا طفل داشته باشید یا خیر در صورتیکه به اچ آی وی مصاب باشید. اگر شما از طریق کارمندان طبی ملل متحد مواظبت دریافت نمائید، شما متیقن باشید که معلومات، مشوره ها و کمك مورد نیاز را دریافت خواهید نمود تا بتوانید در مورد داشتن طفل تصمیم اتخاذ نمائید.



زندگی درجهانی که مملواز اچ آی وی/ایدزاست

- چطور میتوانیم با همکارانی کمك نمائیم که شاید مصاب به مرض اچ آی‌وی باشند؟

- جهت مشوره محرمانه ومعاینه داوطلبانه بخاطر اچ آی وی به کجا مراجعه کرده میتوانیم؟

- اگر شما به اچ آی وی مثبت مصاب باشید، طریقه ممکنه آشکار نمودن وضعیت اچ آی وی طور محرمانه به سوپروایزر تان، آمر منابع بشری و سایر همکاران تان کدام است؟ چطور آنرا اجرا مینمائید؟

- به سطح محلی، مامورین واعضای خانواده های شان که مصاب به اچ آی وی مثبت هستند چطور واز کجا ادویه را بخاطر تداوی دریافت مینمایند؟

- هرگا شما به اچ آی وی مثبت مصاب باشید، جهت خدمات کمکی ومواظبت طبی به کجا مراجعه کرده میتوانید؟

- یاداشت های اضافی

فصل



ما در باره موضوعات ذیل میدانیم:

- اشخاصیکه مصاب به اچ آی وی هستند باید با ایشان برخورد احترامانه صورت گیرد
- سیستم ملل متحد تبعیض را در مقابل کارمندان که دارای اچ آی وی هستند ممنوع قرار داده است
- هر کدام ما وشما در تأمین محل کار مصئون، مناسب و مملو از همدردی نقش مهم داریم تا آنرا ایفا نمائیم

بیآئید که زندگی نمائیم

سهمگیری در ایجاد محل کار مصئون، مناسب و مملو از همدردی

میدانم که پاسخگویی در مقابل ایدز نقش مهمی را در محل کار ملل متحد بازی مینماید، مگر در ارتباط به محل کار چه باید انجام یابد؟

مرض ایدز آنقدر وسیع و مغلق است که در رابطه به پاسخگویی موثر به آن باید هرکس در آن سهم بگیرد. اچ آی وی در اطراف ما موجود میباشد، هیچ نوع حکومت و سیستم صحی به تنهایی نمیتواند آنرا مورد خطاب قرار دهد.

تمام ماو شما اعم از گروپ ها، مکاتب، محلات کار، مؤسسات و تمام جامعه مدنی باید باهم یکجا شویم تا پاسخ مؤثر انسانی در مقابل این مرض ارائه گردد.بیشتر از ۹۰% اشخاصی که مصاب به اچ آی وی میباشند جوانان اند.

در نتیجه، مسلم است که محل کار یا دفتر توسط این مرض متأثر میگردد.



بحث درمورد اچ آی وی/ایدز خطرات این مرض را کاهش داده و کسانیکه به این مرض مبتلا اند میتوانند به طور آزادانه درباره این مسئله صحبت نمایند

علاوتاً، محل کار جهت وقایه، مواظبت و تداوی این مرض یك قرارگاه مکمل میباشد و همچنان درینجا مبارزه علیه تبعیض که ارتباط به اچ آی وی دارد صورت گرفته میتواند. به سطح جهانی تخمین میگردد که % ۵کارمندان ملل متحد شاید مصاب به اچ آی وی باشند . د ر اکثر نمایندگی های ملل متحد، ایدز یگانه عامل مرگ ومیر کارمندان میباشد. ملل متحد با ممالك که ارتباط دارد از جمله ۳۰ کشور جهان توسط این مرض متأثر گردیده اند. گرچه ایدز شاید موضوع حاد گفتگو در محل کار باشد، اما مهم است که راجع به این مسئله طور آشکار صحبت صورت گیرد.

سروی سال ۲۰۰۲ ملل متحد در مورد وضعیت اچ آی وی /ایدز بعضی نتایج دلچسپ را آشکار نمود. دوازده فیصد آنهای که به سروی پاسخ دادند اظهارنمودند که آنها هراس دارند شاید به اچ آی وی مثبت مصاب باشند و نمیخواهند که راجع به وضعیت اچ آی وی خود بدانند.

چهل ویك فیصد جواب دهندگان راجع به وضعیت اچ آی وی شان نمیدانستند زیرا آنها ترس داشتند که اگر در جستجو معلومات بیشتر گردند شاید به جواب منفی روبرو شوند، و % 23 گفتند که آنها میترسند ملل متحد نتایج تست اچ آی وی آنها را محرمانه نگهداری نخواهد نمود. دوفیصد جواب دهندگان (۹٦ کارمند) گفتند که ایشان مصاب به اچ آی وی میباشند مگر از افشا نمودن وضعیت آن هراس دارند. علی الرغم این لکه ننگ که به اچ آی وی ارتباط دارد، % ۹۵کارمندان ملل متحد گفتند آنهای که مصاب به اچ آی وی هستند باید برای شان اجازه داده شود که به کار خود در ملل متحد ادامه دهند.

هرگاه کسی در مورد این مرض خاموشی اختیار نماید، خوف که ناشی از اچ آی وی میباشد بعضی اوقات انسان را مجبور به صرف نظر از قبولی کاردر ملل متحد میکند. طریقه وجود دارد که این شرایط را تغیر میدهد و در محوکردن ترس در مورد ایدز کمك مینماید. پس برای همه ما وشما لازم است تا در مورد اچ آی وی/ ایدز در جلسات آموزشی و خصوصی و همرای همکاران خویش به صراحت صحبت نمائیم. هرگا در مورد اچ آی وی/ ایدز صحبت نمائیم به این ترتیب هراس را در مورد آن کم مینمائیم. و هرگاه مرض بصورت اندك هراس آور باشد، آنهای که مصاب به اچ آی وی هستند بصورت آزاد در مورد این مسئله صحبت کرده میتوانند. در سیستم ملل متحد کارمندان شامل اند که مربوط به ممالك مختلف جهان میباشند. در محل کار که شرایط آن از همدیگر فرق مینماید، ما ناگزیر به عقاید یا روش های همکاران خویش روبرو میشویم که همواره به آن موافق نمیباشیم.

مگر باز هم، این امر مهم است که ما نظریات آن کارمندان ملل متحد را قبول نمائیم و از انها چیزی بیآموزیم که دارای شخصیت و فرهنگ های مختلف میباشند. با چنین روش، ما بصورت بهتر میتوانیم که کار های مهم را در ملل متحد اجرا نمائیم.

ملل متحد چه باید نماید که محل کار مصئون، مناسب، و مملو از همدردی را ایجاد نماید؟

اولتر از همه، ملل متحد در مورد اچ آی وی / ایدز پالیسی جامع محل کار را اتخاذ نموده که صریحاً تبعیض را درمقابل آنهای ممنوع قرارداده که مصاب به اچ آی وی هستند. سیستم ملل متحد دستور میدهد که محل کار یا دفتر رهنمایی ها و مشوره ها در مورد اچ آی وی/ ایدز برای کارمندان فراهم گردد. این رساله جدید که (برای کارمندان ملل متحد فراهم گردیده) به نوبه خود بالای تعهد ملل متحد مبنی بر سلوك منصفانه ، مناسب و مملواز همدردی برای تمام کارمندان ملل متحد صرف نظر از وضعیت اچ آی وی ایشان تأکید مینماید. علاوتاً، اکثر نمایندگی‌های ملل متحد ابتکارات جدید را در مورد پالیسی های محل کار که به اچ آی وی ارتباط دارد و بهبودی همه مامورین ایجاد نموده است (در صفحه بعدی مراجعه شود).



مهم است تا قبول کنیم وکوشش نمائیم تا از همکاران، دوستان وکارمندان ملل متحدکه دارای شخصیت های متنوع وکلتور های مختلف اند چیزی بیاموزیم

منحیث کارمندان ملل متحد، چه کاری را انجام داده میتوانیم تا لکه ننگ وتبعیضی که ناشی ازاچ آی وی میباشد رفع گردد؟

لکه ننگ و تبعیض تمام ماو شما را تهدید مینماید. اگر ما مصاب به اچ آی وی مثبت باشیم، ما از خوف منفك شدن شاید تصمیم اتخاذ نمائیم که تداوی یا معاینات خویش را اجرا ننمائیم. لکه ننگ و تبعیض شاید صحت آنهای را متاثر نماید که مصاب به اچ آی وی مثبت میباشند، فشار فزیکی، روانی و اجتماعی را زیاد ساخته که بالاخره سبب افسردگی شان میگردد. آنهای که مصاب به اچ آی وی منفی میباشند، لکه ننگ و تبعیض شاید استعداد آنها را متأثر نماید که نتوانند خویشتن و خانواده های شانرا از خطر سرایت اچ آی وی محافظت نمایند، زیرا از دریافت معلومات، خدمات وقایوی یا تست اچ آی وی دلسرد میگردند. لکه ننگ اچ آی وی/ ایدز مخصوصاً زیاد تر متوجه گروپ ها واشخاص ذیل میگردد: مردانیکه با مردان دیگر مقاربت جنسی مینمایند، اشخاص مجرد که از نگاه مقاربت جنسی فعال باشند، اشخاص که روابط نامشروع داشته باشند، و اشخاص که با معضلات استعمال مواد مخدر مواجه اند.

مخصوصاً چیزمهم برای ملل متحد این است که تبعیض در مقابل اچ آی وی تخلف از حقوق اساسی بشریت میباشد و آن حقوق عبارت اند از: داشتن حقوق که از تبعیض آزاد باشد، حقوق خلوت، حقوق صحت، و حقوق معلومات و تعلیم و تربیه. خلاصه اینکه تمام ماو شما که در ملل متحد کار مینمائیم باید در مقابل تبعیض ناشی از اچ آی وی/ ایدز مبارزه نمائیم - مثل اینکه برای سایر حقوق بشری مبارزه مینمائیم. هرکدام ما وشما نقش مهم داریم تا تبعیض ناشی از اچ آی وی را در محل کار خود حذف نمائیم. هرکدام ما مکلف هستیم تا این امر را واضح سازیم که پالیسی پرسونل ملل متحد درمورد اچ آی وی/ ایدز تبعیض را در محلات کار ملل متحد تحمل نمینماید. اگر ما بدانیم که یك همکار اظهارات تبعیض آمیز یا تبصره های تحقیرآمیز را در مورد کسی که مصاب به اچ آی وی‌میباشد اظهار نماید، ما باید فوراً جواب آنرا بدهیم. ما باید از گفتار تبعیض آمیز در زندگی روزمره خویش اجتناب نمائیم و متیقن باید باشیم که دانش ما در مورد اچ آی وی/ ایدز به اساس حقایق استوار باشد نه به اساس شایعات. ما باید در مورد مباحثه اچ آی وی /ایدز با همکاران خویش آماده باشیم و به نگرانیهای دیگران گوش دهیم. علاوتاً، ما باید آگاه باشیم که تمام ماو شمادر جهان زندگی مینمائیم که ایدز بصورت حقیقت اجتناب ناپذیر در آن موجود میباشد وتمام ماو شما درمقابل این مرض آسیب پذیر هستیم. ما باید از ساختار های کار بگیریم تا ماراا در تحفظ حقوق و بهبود کار کمك نماید. این ساختار ها مشتمل بر انجمن ها، اتحادیه ها، کمیته ها یا آمران مصئونیت میباشند. چنین افراد رهبری کرده میتوانند و مثال های مثبت را ایجاد مینمایند، علاوتاً با اداره کار مینمایند تا تامین نمایند که تمام اقدامات جهت تفاهم، همدردی، و عدم تبعیض فراهم گردیده است.

ابتکارات ملل متحد:

پروگرام ابتکاری یونسف که درمشارکت بادفتر UNFPA میباشد تحت نام"مواظب برای خود" محیط مواظبت را برای افراد که مصاب به اچ آی وی هستند و مامورین که توسط مسائل صحی متأثر گردیده اند ایجاد مینمایند. اقدامات که مامورین و خانواده های شان را در امر مقاومت در مقابل امراض کمك مینماید توسط فرصت های آموزشی موضوعات مربوطه مانند دسترسی به ARTتکمیل میگردد. با در نظر داشت ابتکار (اچ آی وی / ایدز در محل کار)، WFP اکیداً متعهد است که صرف در محل کار همکارانی را قبول و کمك نماید که مصاب به اچ آی وی و متحمل مرض ایدز میباشند. ابتکار طوری طرح گردیده تا این امر تامین گردد که پالیسی های پرسونل WFP در مورد اچ آی وی و ایدز ستندرد های بین المللی را در داخل ملل متحد برآورده نماید و برای تمام مامورین WFP آگاهی را در مورد ایدز فراهم نماید و همچنان در تمام مناطق پروگرام های انکشافی را در محل کار راجع به ایدز تقویت نماید WFP .در ۲۵کشور کار میکند که از جمله ۲۲ کشور آن توسط ایدز متأثر گردیده، و در مورد اجندای مرض پروگرام آگاهی را بیشتر ارتقا داده است.

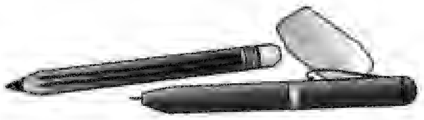
ابتکار پروگرام انکشافی ملل متحد در تطبیق پالیسی محل کار در مورد اچ ای وی کمك مینماید تا حقوق آنهای را تامین نماید که مصاب به اچ آی وی اند، وهمچنان محیط کار کمکی را انکشاف دهد. پروگرام (مواظبت ما) آگاهی ایدز را میان مامورین UNDP و سایر سیستم های ملل متحد توسعه میبخشد و شرایط محل کار را عاری از تبعیض میسازد. موسسه اکشن (ACTION) (دسترسی، مواظبت، معالجه و ضروریات مؤسساتی) یك پروژه خدماتی طبی ملل متحد است که در سال ۲۰۰۲ آغاز بکار نمود. در ۱۰کشور آزمایشی (کمبودیا، حبشه، هندوستان، نایجریا، رونداء سینیگال، اوگندا، جمهوری متحده تانزانیا، زامبیا و زمبابوی) این سازمان منابع موجوده محلی را برای مواظبت و کمك نقشه برداری مینماید، ظرفیت های کاری محلی را توسعه میدهد تا مسائل وقایوی اچ آی وی و مواظبت ایدز را مورد خطاب قرار دهد، و همچنان در مورد مسائل محل کار هم آهنگی مؤسسات را بهبود میبخشد.در حالیکه دفتر اکشن متخصصین تخنیکی سازمان صحی جهان را بکار می گمارد،این ارگان ابتکارات معالجوی را که برای کشور های مستقل مناسب است سهل مینماید. بطور مثال، دفتراکشن یکسرمایه دورانی را ایجاد نموده تا ادویه جات با کیفیت ART را خریداری نماید تا اینکه ذخایر دوامدار ادویه برای کارمندان ملل متحد و اعضای خانواده های شان تامین گردد. علاوتاً، اکشن ابتکارات عملی کار را بعهده میگیرد تا میحط کار مفید و مملو از همدردی را برای اشخاص که مصاب به اچ آی وی هستند ترویج دهد. امید است که این سازمان فعالیت های خود را در ۱۰ کشور مورد نظر بیشتر تمدید نماید.

برای اینکه مبارزه علیه اچ آی وی/ ایدز در محل کار تشدید گردد، بانك جهانی به سطح بین المللی در تمام دفاتر خویش اشخاص مسئول داخلی (سرتیم کار) را تعین نموده است. این افراد در موارد ذیل مسئول میباشند: ازدیاد آگاهی در میان مامورین و وابسته گان شان، توسعه دسترسی به مشوره ها و تست های مجانی و داوطلب که توسط بانك جهانی فراهم میگردد، و تامین دسترسی به کیت های PEP برای آنهای که ضرورت دارند. بانك جهانی از طریق دیپارتمنت خدمات صحی خویش در واشنگتن محرمیت پروسه نیاز طبی را ضمانت مینماید و تهیه ادویه انتی ریتروایرل را برای مامورین و وابسته گان شان که مصاب به اچ ای وی هستند تسهیل خواهد نمود. در اکثر ممالك، ملل متحد از ابتکارات خاص نمایندگی ها بطرف جلو حرکت نموده است تا اینکه محل کار مناسب و عاری از تبعیض را ارتقا دهد. همبستگی تمام این کوشش ها در ارتباط به اچ آی وی/ ایدز و محل کار ملل متحد را قادر ساخته است تا تمام مامورین را که دربین کشور ها کار مینمایند مورد هدف قراردهد.



هر کدام ماوشما نقش مهم در ازبین بردن لکه ننگ و تبعیض ناشی از اچ آی وی درمحل کار خونداریم

تمام ماوشما باید این را بدانیم که پالیسی پرسونل ملل متحد لکه ننگ و تبعیض رادرمقابل آنهای که مصاب به اچ آی وی /ایدز اند درمحل کارتحمل کرده نمی تواند ونمی پذیرد.اگرمادریابیم که یکی ازهمکاران ما کلمات تبعیض آمیز وپاکنایه آمیز را برای کسیکه مصاب به اچ آی وی است بگوید ما باید فورا جواب وی را بدهیم.مابايد از کلمات تبعیض امیز اجتناب ورزیده ومطمین باشیم که علمیت ما درمورداچ ای‌وی/ ایدزبه اساس حقایق است نه به اساس شایعات.ضمناً مابايد بطور واضح موضوعات اچ آی‌وی ایدز را باهمکاران خود مطرح نمائیم و به مشکلات دیگران گوش دهیم. برعلاوه این راهم بدانیم که تمام ما درجهانی زندگی می نمائیم که اچ ای‌وی منحیث یك واقعیت غیراجتناب پذیر موجود بوده وتمام مادرمقابل این مرض آسیب پذیر هستیم.مابايد ازروش هاوساختار های‌فعلی استفاده نموده تااز حقوق حقه خودمحافظت نموده و همچنان ازآسودگی‌کامل در محل کارخود برخوردار باشیم.که این همه ساختارها شامل اتحادیه ها،انجمن های کارمندان و همچنان کمیته های‌صحی ومحافظوی وباآفسران میباشند.چنین ادارات می‌توانند نقش رهبری کننده را ایفانموده وباسایر ادارات ذیربط کارنمایند تاتدابیرلازمه درزمینه احساس همدردی،فهم و فضای عاری ازتبعیض ارتقا یابد.

کار کردن در جهان که مملو از اچ آی وی/ ایدز میباشد 

- کدام سهمگیری ها در مورد اچ آی وی که با تبعیض ارتباط داشته باشد در کشور شما صورت میگیرد؟ آیا این عوامل در محل کار ملل متحد بروز مینماید؟

- در کشور شما کدام چیز های اند که از طریق آن درمقابل تبعیض ناشی از اچ آی وی مبارزه مینمائید؟

اچ آی وی چه است؟

ویروس بیماری ایدز یا اچ آی وی سیستم دفاعی بدن انسان را مورد تهاجم قرار میدهد. هنگامیکه سیستم دفاعی بدن را در مقابل امراض دیگر تضعیف نمود، اچ آی وی بدن را در مقابل امراض باالقوه و سرطان آسیب پذیر مینماید. اچ آی وی یك مرض ساری میباشد که از یك شخص به شخص دیگر انتقال مینماید.

اچ آی وی چطور انتقال مینماید؟

امکان دارد که ما و اعضای خانواده ما به سه طریق ذیل در معرض اچ آی وی قرار بگیریم:

- **مقاربت جنسی غیر مصئون،** ابتدا از طریق آله تناسلی زنان که غیر مصئون باشد و مقاربت با شخص که مصاب به مرض باشد. به سطح جهانی قرابت جنسی یك طریقه موثر انتقال اچ آی وی میباشد. قرابت جنسی از طریق دهن نظربه قرابت جنسی از طریق اله تناسلی احتمالاً در انتقال اچ آی وی کمتر موثر میباشد. احتمالاً، زنان نسبت به مردان زیادتر اچ آی وی را جذب مینمایند. در بین طبقه اناث، دختران نوجوان و زنان جوان به خطر زیاد مواجه میباشند زیرا سیستم تولدی انکشافی شان آنها را وادار میسازد تا بیشتر مصاب گردند اگر ایشان در معرض امراض ساری جنسی از قبیل اچ آی وی قرار گیرند.



اچ آی وی ازیك شخص به شخص دیگر انتقال کرده میتواند

- **تماس باخون مصاب شده.** وسیله های موثر انتقال اچ آی وی همانا تزریق خون مصاب شده در جریان خون شخص سالم میباشد. اکثر انتقالات از خون به خون درین اواخردر نتیجه استعمال پیچکاری های ملوث شده صورت میگیرد. استعمال سوزن ها و سامان آلات طبی که بصورت درست تعقیم نشده باشند منتج به انتقال اچ آی وی میگردد. ما در سیستم ملل متحد احتمالاً به طریقه های فوق الذکر مصاب نمیگردیم زیراخدمات طبی ملل متحد اقدامات لازمه را اتخاذ نموده وسامان آلات جدید و تعقیم شده را فراهم مینماید. زمانیکه از تسهیلات طبی ملل متحد به محلات دور دست سفر مینمائیم، اقدامات دیگری باید اتخاذ گردد زیرا ملل متحد مصئونیت خون یا سامان آلات پیچکاری را در جا های دیگر تأمین کرده نمیتواند. این یك نظریه خوب است که همیشه باید از تماس باخون شخص دیگر اجتناب گردد، که به این طریق نه تنها از اچ آی وی جلوگیری بعمل می آید بلکه هیپتیت (التهاب جگر) وسایر امراض ناشی از خون را نیز جلوگیری مینماید.

- **انتقال اچ آی وی به طفل از آن مادری که مصاب به اچ آی وی است.** این مرض هنگام دوران حاملگی، هنگام ولادت ویا اینکه در نتیجه تغذی از پستان مادر سرایت مینماید.

آیا شما متیقن هستید که اینها صرف راه های اند که از طریق آن اچ آی وی انتقال میابد؟
بلی. اچ آی وی / ایدز یگانه مرضی است که در تاریخ بشریت بسیار دقیق مطالعه گردیده. شواهدی زیادی نشان میدهد که شما به یکی از طریقه های ذیل مصاب به اچ آی وی نمیگردید:

- دست دادن به کسی، در آغوش گرفتن یا بوسیدن کسی
- سرفه کردن یا عطسه زدن

- کدام پروگرام های محل کار ملل متحد در رابطه به اچ آی وی/ ایدز در محل وظیفه شما موجود اند و چطور در مورد آن آگاهی بیشتر دریافت کرده میتوانید؟

- در خارج از محل کار تان و به سطح محلی، در سیستم ملل متحد در مورد پالیسی های ملل متحد، پروگرام ها و تخصص های که ارتباط به اچ آی وی/ ایدز دارد شما جهت مشوره بیشتر باکی تماس گرفته میتوانید؟

- یاداشت های اضافی

مؤخذ ها

کاردو دی ات ال. (۱۹۹۷) مطالعه کیس کنترول اچ آی وی، سیروکانورشن در صحت کارگران مواظبت بعد از تماس احتیاطی. انگلند جدید جی طب ۴۳-۱۵۴۲ :۳۳۷

مرکزکنترول مرض و وقایه(۱۹۸۹) (US) رهنمایی ها جهت جلوگیری از انتقال ویروس سیستم دفاعی انسان و ویروس B کم خونی در مواظبت صحی وکارگران مصئونیت عامه۳۶-۱:(۶-۵)۳۸ MMWR

کونر E ات ال (۱۹۹٤) کاهش انتقال ویروس سیستم دفاعی نوع یك از مادر به طفل با تداوی زیدوودین. انگلند جدید جی طب ۸۰ - ۱۱۷۳:۳۳۱

دیونسنزی ۱ ات ال. (۱۹۹٤) مطالعه وسیع انتقال ویروس به سیستم دفاعی بدن انسان توسط همبستر نا همجنس، نیو انگلند جی طب٤٦-۳٤۱:۳۳۱

هاوری ای ات ال. مشکلات جهانی مرض که به پیچکاری های ملوث شده در مراکز صحی نسبت داده میشود، انت جی اس تی دی و ایدزموسسه مواد خوراکی وزراعت (FAO) (۲۰۰۲)زندگی با اچ آی وی/ ایدز.

رهنما در مورد مواظبت غذایی و کمك به مردم که مصاب به اچ آی وی/ ایدز میباشند، FAO ، روم. رهنمای مذکور در آدرس ذیل موجود میباشد: www.fao.org

سازمان بین المللی کار(۲۰۰۲) (ILO) قانون اجراات ILO در مورد اچ آی وی/ ایدز و جهان کار،ILO ، ژینو. سند مذکور در آدرس ذیل موجود میباشدwww.ilo.org

کمب ام ات ال. (۱۹۹۸) تأثیر کاهش خطر از طریق معاینه جهت ممانعت انتقال ویروس به سیستم دفاعی بدن و امراض انتقال شده از طریق مقاربت جنسی: جی ای ام ای، ٦۷ - ۱۱٦۱ :۲۸۰

مؤسسه ملی الرجی (حساسیت نسبت به چیزی) و امراض ساری، موسسه ملی صحت (US) (۲۰۰۰)خلاصه ورکشاپ: شواهد علمی درمورد مؤثریت کندم در رابطه به جلوگیری ازامراض انتقال شده مقاربت جنسی(STD) ،۲۹جنوری سال ۲۰۰٤، به این آدرس قابل دسترسی میباشد :
www.niaid.nih.gov/dmid/stds/condomreport.pdf

مؤسسه ملی استفاده از ادویه نادرست، موسسه ملی صحت (۲۰۰۰) (US) ، پرنسیب های وقایه اچ آی وی در میان مردم که ادویه استفاده مینمایند: رهنما به اساس تحقیقات

ناوتی آر ات ال. (۲۰۰۰) تأثیر تغذی از پستان مادر و تغذی به اساس فورمول بالای انتقال مرض اچ آی وی: تعقیب کلینیکی ، جی ای ام ای، ۷٤ -۱۱٦۷ :۲۸۳

پالیلا اف ات ال. (۱۹۹۸) کاهش مریضی و مرگ ومیر میان مریضانی که مصاب به مریضی شدید ویروس سیستم دفاعی بدن گردیده اند، انگلند جدید جی، طب: ۳۳۸۸۵۳۶۰

پیترسن دی ال ات ال. (۲۰۰۰) گرایش به معالجه پروتیس انهبیتور و نتایج آن در مریضانی که مصاب به اچ آی وی میباشند. ان انترن طب: ۱۳۳:۲۱۳۰

یوان ایدز (۲۰۰۲) فکت شیت درمورد جنس و ایدز - کندم زنانه در آدرس ذیل موجود میباشد : www.unaids.org

یوان ایدز (۲۰۰٤) راپور جهانی در مورد مرض اچ آی وی/ ایدز، یوان ایدز، ژینو.

یوان ایدز (۲۰۰۱) ضروریات وقایه اچ آی وی و مؤفقیت ها: شرح حال سه کشور، جمع آوری بهترین تمرینات یوان ایدز، یوان ایدز، ژینو.

یوان ایدز (۲۰۰۲) سوال و جواب در مورد اچ آی وی/ ایدز در آدرس ذیل موجود میباشد: www.unaids.org

تعهد نامه انگاس درمورد اچ آی وی/ ایدز که در ماه جون سال ۲۰۰۱ در جلسه خاص اسامبلی عمومی ملل متحد اتخاذ گردید، در آدرس ذیل موجود میباشد : www.unaids.org

پلان ستراتیژیکی ملل متحد در مورد اچ آی وی /ایدز در آدرس ذیل موجود میباشد : www.unaids.org

واهو دی، جنج بی (۱۹۹۸) نقش پروگرام تبدیلی سوزن در وقایه اچ آی وی، راپور های صحت عامه ۸۰-۷۵ (supp.1).

پالیسی پرسونل ملل متحد در مورد اچ آی وی/ ایدز:

الف. معلومات، تعلیم و تربیه وسایر اقدامات وقایوی صحی
برای مامورین ملل متحد وخانواده های شان باید معلومات جدید فراهم گردد تا ایشان بتوانند خود را از ویروس اچ آی وی محافظت و در مقابل ایدز مقاومت نمایند.

تاکنون، تمام کارمندان ملل متحد تشویق گردیده اند تا ستراتیژی های تعلیمی را درمورد اچ آی وی/ ایدز تطبیق نمایند و ازاین رهنمای دستی که توسط (UNAIDS) برای کارمندان ملل متحد وخانواده های شان تهیه شده استفاده نمایند، و همچنان، درساحه منابع با تجربه محلی را در مورد اچ آی وی/ ایدز تعین نموده تا معاینات و تست های محرمانه را اجرا نمایند.

مامورین خدمات طبی ملل متحد باید مکملاً در چنین پروگرام های تعلیمی شامل گردند. آنها باید تعلیم وتربیه مسلکی مورد نیاز و تمام مواد معلوماتی را در مورد اچ آی وی/ ایدز دریافت نمایند که توسط (UNAIDS)تهیه و در محل وظیفه بدسترس شان قرار گیرد.

ب. تمام مامورین ملل متحد و خانواده های شان باید آگاه ساخته شوند که خون مصئون در کجا حاصل شده میتواند.

جهت اجرای این وظیفه، یونت خون مصئون سازمان صحی جهان در همکاری با خدمات طبی ملل متحد، باید یك لست مؤثق و عملیاتی مراکز خون را برای دفاتر مرکزی ملل متحد، دفاتر ساحوی و محلات کار تهیه نماید.

خدمات طبی ملل متحد و تسهیلات طبی مربوطه باید کوشش و تأمین نماید که تزریق خون در هنگام ضرورت مطلق اجرا گردد.

ت. هماهنگ کننده گان مقیم ملل متحد باید اقداماتی را اتخاذ نمایند که حادثات ترافیکی را کاهش دهند، این کار نباید بخاطر موجودیت مریضی ها و مرگ ومیر بلند صورت گیرد بلکه بخاطر انجام یابد که حادثات ترافیکی ،خطر مصاب شدن به مرض اچ آی وی را در محلات که ذخایر خون مصئون موجود نباشد بوجود آورد.

ازهمین جهت، هماهنگ کننده گان مقیم ملل متحد تشویق میگردند که اقدامات ذیل را بخاطر اتخاذ شرایط عمومی در نظر گیرند، و این اقدامات باید به تمام پرسونل در محلات کار یکجا باهدایت از طریق ترانسپورت عامه منتشر گردد .

- عیار نمودن وبسته نمودن اجباری کمربند ها در تمام وسایط نقلیه ملل متحد
- آموزش مناسب راندن وسایط نقلیه چهار عرابه ای در جای هموار (غیر از سرك عمومی)
- هرگاه دریور رسمی موجود باشد، منع راندن وسایط نقلیه بصورت شخصی

- استفاده اجباری از کلاه آهنی برای تمام موتر سایکل سواران
- منع استفاده از مواد ناجایز توسط دریوران وسایط نقله
- سازماندهی جلسات آموزشی در مورد کمك های اولیه
- تجهیز نمودن تمام وسایط نقله با کیت های کمك های اولیه که مشتمل بر محلول های مکرومولیکیولر (پلاسما اکسپندر)میباشد

ث. تمام مامورین ملل متحد و خانواده های شان باید از سرنج ها وسوزن های که یکبار استعمال میگردد استفاده نمایند.
خدمات طبی ملل متحد باید سرنج ها وسوزن های را که یکبار استعمال میگردد به مامورین که سفر مینمایند فراهم نماید، خصوصاً جاه های که مواد تعقیم شده برای چنین کار نداشته باشند. آنها باید تصدیق را باخوداشته باشند (به تمام لسان های رسمی ملل متحد) تا دلیل آنرا توضیح نمایند که چرا چنین سامان آلات را انتقال میدهند. آمران ساحوی وسایرین باید دیپوهای سامان آلات تزریقی را جهت استقاده مامورین ملل متحد وخانواده های شان داشته باشند. این مواد باید در تمام دواخانه های ملل متحد یا محل کار سازمان صحی جهان در کشور موجود باشد.

ج. تمام مامورین ملل متحد و خانواده های شان به کندم ها دسترسی داشته باشند. کندم ها باید از طریق صندوق وجهی ملل متحد برای نفوس (UNFPA) یا سازمان صحی جهان در آن محلات کار فراهم گردند جایکه کندم ها به کیفیت عالی در سکتور خصوصی موجود نباشند. دسترسی به کندم ها باید رایگان، آسان و معقول باشد.

ب. محرمیت، معاینه و تست نمودن داوطلبانه
تست داوطلبانه قبل و بعداز معاینه و محرمیت مطمئن باید به تمام مامورین و اعضای خانواده های شان فراهم گردد. در تشریك مساعی نزدیك خدمات طبی ملل متحد و سازمان صحی جهان، به سطح محلی، تسهیلات مناسب و محرمانه جهت تست و معاینه داوطلبانه باید به مامورین ملل متحد و خانواده های ایشان فراهم گردد. طرزالعمل خاص باید توسط مسئولین ملل متحد ایجاد گردد تا اینکه محرمیت تست های منفی ومثبت اچ آی وی و تست جدید را محفوظ نگه دارد. صرف شخصی که تست میگردد حق دارد که راجع به وضعیت اچ آی وی خود معلومات را نشر نماید.

ت. شرایط وظیفه و خدمت
دورنمای پیش از استخدام و هنگام کار

- یگانه معیار طبی جهت استخدام عبارت از لیاقت در کار میباشد
- مرض اچ آی وی معیاری نیست که شایستگی و لیاقت را درمورد کار نشان دهد
- جهت استخدام کاندید ها برای کار، معاینه اچ آی وی تقاضا نمیگردد
- هرگاه کدام تصنیف طبی دربرابر ایدز صورت میگیرد، مانند حالات طبی دیگر معامله صورت میگیرد

- با در نظرداشت رضایت خاص کاندید، از وی شاید تقاضای تست اچ آی وی گردد، اگر ایدز از نقطه نظر کلینیکی مورد سؤ ظن قرارگیرد.
- در معاینات پیش از کاریابی، هیچ چیزی باید درنظر گرفته نشود که کاندید را وادار نماید تا وضعیت اچ آی وی خود را آشکار نماید .
- در یك کشور برای هرنوع وظیفه که تست اچ آی وی تقاضا گردد، این تقاضا باید در اطلاعیه کار باید ظاهر گردد.

تداوم کار یا وظیفه

- مرض اچ آی وی/ ایدز نباید اساس اختتام وظیفه در نظر گرفته شود .
- هرگاه شایستگی در کار به اساس مرض اچ آی وی متضرر گردد، چاره معقول دیگر بخاطر فراهم نمودن کار باید اتخاذ گردد .
- مامورین ملل متحد که به مرض ایدز مصاب میباشند باید طوری از صحت و محافظت اجتماعی مستفید گردند مثل سایر کارمندان که متحمل امراض دیگر میگردند .
- معاینات اچ آی وی چه مستقیم (تست اچ آی وی) یا غیر مستقیم (ارزیابی روش خطرناك) یا پرسیدن در مورد تست قبلاً اجرا شده باید تقاضا نگردد .
- محرمیت در مورد معلومات طبی مانند وضعیت اچ آی وی/ ایدز باید محفوظ نگهداشته شود
- در بخش کار باید کدام تعهدی وجود نداشته باشد که مؤسسه استخدام کننده را در مورد و ضعیت اچ آی وی/ ایدز خویش خبردهد .
- اشخاص که در محل کار مصاب میگردند، یا تصور میشود که توسط اچ آی وی/ ایدز مصاب گردیده اند، باید از تبعیض همکاران ، اتحادیه ها، استخدام کنندگان در امان باشند .
- کارمندان مصاب شده به اچ آی وی و آنهای که ایدز دارند باید از امتیازات، پروگرام های اجتماعی، و پلان های وظیفه وی محروم نگردند .
- استنباط های اداری، پرسونل و مالی این پرنسیب ها که تحت شرایط وظیفه وخدمت قراردارند باید مراقبت و طور دوامدار بررسی گردند.

پروگرام های امتیازات بیمه صحی

الف. صرف نظر از وضعیت اچ آی وی، برای تمام کارمندان ملل متحد باید پروگرام بیمه صحی فراهم گردد.
بخاطر مرض اچ آی وی تست نمودن قبل و بعد از کاریابی باید موجود نباشد.
ب. حق بیمه صحی برای تمام کارمندان ملل متحد نباید توسط وضعیت اچ آی وی‌شان متاثر گردد.
با در نظرداشت هر نوع طرح بیمه صحی، تست نمودن بخاطر اچ آی وی نباید اجازه داده شود.

ضمیمه دوم

خلاصه پرنسیب های کلیدی قانون اجراات سازمان بین المللی کار (ILO)
به سطح ملی و رهنمای عملی بخاطر پروگرام های محل کار، قانون اجراات سازمان بین المللی کار، رهنمایی های را جهت پالیسی انکشافی فراهم مینماید. قانون اجراات در تشریك مساعی نمایندگان حکومت، استخدام کنندگان وکارگران تمام مناطق ایجاد گردیده است.

۱۰ پرنسیب های کلیدی این قانون قرار ذیل میباشند:

۱ . **شناخت اچ آی وی/ ایدز منحیث مسئله محل کار:** اچ آی وی/ ایدز منیحث مسئله محل کار نه تنها قوه کار را متاثر میسازد، بلکه محل کار نقش حیاتی را در محدود کردن، انتشار و تاثیرات مرض بازی مینماید.

۲ . **عدم تبعیض:** به اساس و ضعیت اچ آی وی حقیقی یا تصور شده، نباید کدام تبعیضی از طرف کارمندان وانمود گردد.

۳ . **مساوات جنسی:** روابط مساوی جنس و صلاحیت دار نمودن زنان جهت جلوگیری مؤفقانه نشر مرض اچ آی وی یك امر حیاتی را دارد که زنان را قادر میسازد تا در مقابل اچ آی وی یا ایدز مقاومت نمایند.

٤ . **محیط صحی برای کار:** شرایط و محیط کارباید صحی و مصئون باشد و مطابق به صحت و توانمندی کارمندان اتخاذ گردد.

٥ . **دیالوگ اجتماعی:** پالیسی ها و پروگرام های مؤفق اچ آی وی یا ایدز مستلزم همکاری و اعتماد میان کارمندان، کارگران وحکومات میباشد.

٦ . **معاینات برای مقاصد کاریابی:** معاینات اچ آی وی یا ایدز نباید از متقاضیان وظیفه یا اشخاص که جلو کار میگردند تقاضا گردد و تست اچ آی وی نباید در محل کار اجرا گردد به استثنی اینکه کدام مورد خاص درین قانون وجود داشته باشد.

۷ . **محرمیت:** دسترسی به اطلاعات شخصی که به وضعیت اچ آی وی کارگران ارتباط داشته باشد باید منحصر به قانون محرمیت با در نظرداشت قانون اجراات سازمان بین المللی کار باشد.

۸ . **تداوم روابط وظیفوی:** مرض اچ آی وی نباید باعث اختتام وظیفه گردد. اشخاص که مصاب به اچ آی وی هستند میتوانند تازمانی کار نمایند که به شرایط مناسب برابر باشند.

۹ . **وقایه:** همکاران محلی که در موقف خاص قرار دارند فعالیتهای وقایوی را از طریق معلومات و تعلیم و تربیه ارتقا دهند، و در مورد تغیرات در وضعیت ها وروش ها کمك نمایند.

۱۰ . **مواظب و پشتیبانی:** مواظبت و پشتیبانی مستحکم باید پاسخگوی در برابر ایدز در محل کار رهنمایی نماید. تمام کارگران مستحق خدمات صحی وامتیازات وظیفه وی میباشند. متن مکمل قانون در وبسایت سازمان بین الملل کار به این آدرس موجود میباشد .
www.ilo.org

پروگرام مشترك ملل متحد در مورد اچ آی وی / ایدز *(UNAIDS)*
نه نمایندگی ملل متحد را طی کوشش مشترك یکجانموده تا پاسخی را درمقابل مرض ایدز ارائه نمایند *(UNICEF)* صندوق وجهی ملل متحد برای تعلیم و تربیه اطفال، *(WFP)* پروگرام غذایی جهان، *(UNDP)* پروگرام انکشافی ملل متحد، *(UNFPA)* صندوق وجهی ملل متحد برای نفوس، *UNODC:* اداره ملل متحد در مورد مواد مخدر وجنایت، سازمان بین الملل کار *(ILO)*، *(UNESCO)* سازمان تعلیمی و فرهنگی ملل متحد، *(WHO)* سازمان صحی جهان، وبانك جهانی*(WB)*.

یو ان ایدز *(UNAIDS)* منحیث پروگرام ضمانت کننده، فعالیتهای نه سازمان را در مقابل مرض توحید مینماید، و این کوشش ها را از طریق ابتکارات خاص تکمیل مینماید. مقصد آن این است که فعالیتهای بین المللی را درتمام خطوط مقدم در مقابل ایدز رهبری و مساعدت نماید. یو ان ایدز باهمکاران وسیع خویش اعم از حکومات و دیگران ، معلومات، مهارتها و اجراات بهتر را در سراسر سرحدات نشرمینماید. یو ان ایدز بازتاب شما را در مورد این کتاب دستی استقبال مینماید.

لطفاً تبصره های خویش را به این آدرس بفرستید:
مرکز معلوماتی یو ان ایدز

20avenue Appia
1211 Geneva 27
Switzerland
ایمیل:*unaids@unaids.org*
فکس:(+4122) 791 4187

این رساله جهت معلومات شما و خانواده های تان فراهم گردیده است، و طوری طرح گردیده است که برای شمامعلومات مهم را در مورد اچ آی وی/ ایدز فراهم نموده و شمارا درمورد منابع وخدمات موجوده آگاه میسازد. اکثریت کارمندان ملل متحد حقیقتاً نمیدانند که اچ آی وی چطور انتقال یا وقایه میگردد ویا حتی نمیدانند که خود ایشان مصاب به ویروس گردیده اند. همچنان اکثر کارمندان در رابطه به اچ آی وی و ایدز راجع به آن پالیسی محل کار ملل متحد نمی‌دانند که هدفش حذف تبعیض ناشی از اچ آی وی میباشد و تا هنوز هم چنین تبعیض در محلات کار بصورت عام وجوددارد. درین رساله ماکوشش مینمائیم تا به آن سوالاتی حقیقی پاسخ ارائه نمائیم که درمورد زندگی شما وخانواده های تان تغیرات مثبت را وارد نماید. چطور میتوانید که خویشتن و آنهای را که دوست دارید از اچ آی وی نجات دهید؟ چطور میتوانید با همبستر و اطفال خویش راجع به اچ آی وی/ ایدز صحبت نمائید؟ چرا باید بعضی معاینات را اجرانمائید؟ اگر شما مصاب به اچ آی وی هستید، جهت دریافت کمک و معالجه، در داخل یا خارج ملل متحد به کجا مراجعه کرده میتوانید؟ و بالاخره، جهت ایجاد محل کار مملو از همدردی برای تمام کارمندان خاصتاً همکاران که مصاب به اچ آی وی هستند، چه کاری را انجام داده میتوانید؟

اچ آی وی تمام ما وشما را متاثر میسازد. از طریق معلومات درست، ما میتوانیم بصورت دسته جمعی در مقابل این مرض مبارزه نموده و آنرا محو نمائیم.

پروگرام مشترک ملل متحد در مورد اچ آی وی/ ایدز (UNAIDS)

Joint United Nations Programme on HIV/AIDS

UNAIDS

UNICEF.WFP.UNDP.UNFPA.UNODC
ILO.UNESCO.WHO.WORLD BANK

UNAIDS - 20 avenue Appia - 1211Geneva 27 - Switzerland
Telephone: (+4122) 791 3666 - Fax: (+4122) 791 4187
E-mail: unaids@unaids.org - Internet: http://www.unaids.org

ترجمه و ترتیب شده: دفتر مرکزی پروگرام غذایی جهان، وزیر اکبرخان، جاده صلح مقابل سفارت فرانسه، کابل - افغانستان

چاپ مطبعه ولی، کابل - افغانستان

- استفاده از تیلفون عامه
- عیادت از مریض در شفاخانه
- باز نمودن در وازه
- تقسیم غذا، ظرف نانخوری یا اشامیدنی
- استفاده از آب چشمه
- استفاده از تشناب یا شاور
- استفاده از حوض های آببازی
- گزیدن پشه یا حشره
- کار کردن، اجتماع کردن، یا زندگی کردن پهلو به پهلو با اشخاص که دارای اچ آی وی هستند



مرض اچ آی وی کاملاً قابل وقایه میباشد

چطور میتوانم از مصاب شدن جلوگیری نمایم؟

مرض اچ آی وی کاملاً قابل وقایه میباشد. منحیث کارمندان ملل متحد، ما میتوانیم تا در مورد وقایه اچ آی وی معلومات داشته باشیم، از کندم ها استفاده نمائیم و به منابعی دسترسی داشته باشیم که در آن معاینات بیشتر امکان پذیر باشد. فصل بعدی این رساله تحت عنوان"خویشتن را محافظت نمائید" بعضی جزئیات را طرح مینماید که چطور توسط سه طریقه اساسی از انتقال اچ آی وی جلوگیری بعمل آید، و علاوتاً ما میتوانیم معلومات وقابوی اچ آی وی را در محل کار خود دریافت نمائیم.

هرگاه شخص به اچ آی وی مصاب گردد، در بدن آن چه رخ میدهد؟

اچ آی وی آن حجرات را متأثر میسازد که بخشی از سیستم دفاعی بدن میباشند. همینکه حجرات بیشتر به ویروس مذکور مصاب گردیدند، سیستم دفاعی بدن بیشتر تضعیف گردیده که در مقابل مرض مقاومت کرده نمیتواند. برای اینکه یك حجره مکملاً مصاب گردد، اچ آی وی باید مواد جنتیکی اش را در حجره داخل نماید. این پروسه در اثر تماس و دخول ویروس، برهنه شدن از غشاً ویروس و استقرار جنین های ویروسی در حجره آغاز میگردد. حجره انسان توسط اچ آی وی تسخیر میگردد تا بلاك ویروسی را تشکیل دهند وبعداً یکجا میگردندکه در نتیجه احتمالاً حجره مصاب شده شکسته و ویروس در جستجوی حجره دیگر میگردد تا آنرا مصاب نماید. همچنان ویروس حجرات مصاب شده و غیر مصاب شده اطراف را از بین برده و الی زمان تکمیل تکثر شان حجرات انسانی را زنده نگه میدارد. اچ آی وی اشکال خوابیده مستحکم را تشکیل میدهد که ذخیره حجرات مصاب شده میباشند و ادویه موجوده تا به آنجا تأثیر کرده نمیتواند. این ذخایر باعث از بین رفتن مکمل حجرات میگردد که دربن صورت علاج چنین مرض ایدز یك چلنج بزرگ میباشد. بعد ازینکه مصاب به اچ آی وی شدید، سیستم دفاعی بدن عملیه دفاعی را بوسیله مواد مخصوص کشنده و پروتین های منحل شده که بنام انتی بادی یاد میشوند آغاز مینماید، سیستم دفاعی بدن اکثراً موفق میگردد که طور مؤثق مقدار ویروس را از خون کاهش دهد. مگر اچ آی وی هنوز هم فعال میباشد و به مصاب نمودن و از بین بردن حجرات حیاتی سیستم دفاعی بدن ادامه میدهد. با گذشت زمان، فعالیتهای ویروسی طور قابل ملاحظه ازیاد میابد که احتمالاً بالای توانمندی وجود غالب میگردد و وجود در مقابل امراض مقاومت کرده نمیتواند.

ایدز چه است؟

اگر ایدز بدون معالجه باقی بماند، اچ آی وی اکثرا سیستم دفاعی بدن را کاهش میدهد. این کار منجر به این میگردد که وجود در مقابل آن امراض آسیب پذیر گردد که معمولاً اشخاص صحتمند را متأثر نمیسازد. این مرحله اچ آی وی را بنام ایدز یا مجمو عه اعراض و علایم ناشی از عدم دفاعیه سیستم دفاعی بدن یاد میکنند. هر قدر که سیستم دفاعی بدن متضرر گردد به همان اندازه خطر زیاد مرگ از مرض متصور است.متخصصین در اوایل سال ۱۹۸۰ در مورد اصطلاح ایدز به موافقه رسیدند، قبل ازینکه اچ آی وی کشف گردد و منحیث علامه تهدید بیشتر سیستم دفاعی بدن محسوب گردد. امروز ایدز منحیث مرحله بعدی ادامه مرض اچ آی وی شناخته شده است. در صورت عدم تداوی، اچ آی وی معمولاً از ۸ الی ۱۰ سال را در برمیگیرد تا به مرحله ایدز برسد. وقفه میان مصاب شدن اولی و ظهور علایم فرق مینماید، و این وقفه در اشخاص که از طریق تزریق خون مصاب گردیده کوتاه تر میباشد. عوامل که ماهیت تاریخی مرض اچ آی وی را تغیر میدهد تحت نام "کوفکتور" جهت پیشرفت مرض مسمی است. عوامل زیاد باالقوه تحقیق گردیده است که قرار ذیل میباشند: عوامل جنتیکی، سن، جنس، سیر مرض، دخانیات، تغذی، وسایر امراض ساری. شواهد قوی وجود دارد که امراض شدیداً توسعه میابند اگر مرض اچ آی وی در کهن سالی رخ دهد.

چطور مرض اچ آی وی پیشرفت مینماید؟

درابتدا بعضی حجرات
را آلوده میسازد

ویروس با استفاده از
حجرات انسانی ویروس های
بیشتر را تولید میکند

ویروس احتمالاً
حجره میزبان و حجره نزدیک
را ازبین میبرد

حجرات سیستم
دفاعی بدن ویروس را مورد
تهاجم قرار میدهد

تعداد ویروس
ازدیاد میابد و بر سیستم دفاعی
بدن غالب میگردند

مصاب شدن ثانوی
بدون مقاومت سیستم دفاعی بدن
صورت میگیرد

چطور میتوانیم بگویم اگر کسی اچ آی وی داشته باشد؟

شما گفته نمیتوانید. به سطح جهانی اکثر مردم با اچ آی وی زندگی مینمایند که تاهنوز به مرحله ایدز انکشاف ننموده. یك عده مردم که مصاب به اچ آی وی میباشند علایمی را در اوایل جریان مرض تبارز میدهند، در حالیکه بعضی ها بدون علایم مرض برای مدت ۱۵ سال بعد از مصاب شدن مرض باقی میمانند. زیرا اکثر مردم که ایدز دارند مریض معلوم نمیگردند. ناممکن است که ازطریق دیدن، یا سخن زدن به شخص بگوئیم که دارای ویروس میباشد. اشخاص که اچ آی وی دارند طوری وانمود میگردند مانند مردمان که بدون مرض اچ آی وی باشند.



افراد که با اچ آی وی زندگی می نمایند در ظاهر مانند افراد اند که مصاب به این مرض نیستند

آیا مرض اچ آی وی همیشه کشنده میباشد؟

لزوماً نه خیر. در صورت عدم تداوی، مرض اچ آی وی همواره منجر به ایدز میگردد که تقریباً همیشه باعث مرگ میگردد. امروز معالجه های وجود دارد که پیشرفت مرض اچ آی وی را بطی میسازد و مردم مصاب شده به ویروس میتوانند طور صحتمند برای چندین سال زندگی نمایند.



علاجی وجود داردکه از پیشرفت سریع این مرض جلوگیری نماید و شخصی که مصاب به این مرض است می تواند تا سالیان متمادی زیست نماید

کدام علاج ها برای اچ آی وی/ ایدز موجود میباشند؟

جهت تداوی اچ آی وی چندین نوع ادویه موجود میباشد. این ادویه جات جهات مختلف جریان ویروس را مورد تهاجم قرار میدهند. زیرا اچ آی وی سریعاً در مقابل ادویه واحد مقاومت حاصل مینماید. مریض باید ادویه جات مرکب را اخذ نماید تا انحطاط اعظمی اچ آی وی واقع گردد. تداوی مرکب ضد اچ آی وی بنام معالجه انتی ریترایل تریتمنت (ART) یاد میشود ART .جریان طبعی مرض اچ آی وی را تغیر میدهد که میعاد میان اوایل مرض و انکشاف علایم را تمدید مینماید. بخاطر حصول چنین نتایج، این امر مهم است که پیش از ظهور علایم ایدز تداوی آغاز گردد، حتی مریضان که مرض ایدز شان تشخیص گردد زمان که معالجه صورت گیرد از صحت دوامدار .مستفید میگردند. هرگاه پیشرفت اچ آی وی و امراض مربوطه بطی باشد، درینصورت ART معالجه آن نمیباشد.
علاوه بر معالجه های مرض اچ آی وی، علاج های وجود دارد که اکثر امراض را که با اچ آی وی ارتباط دارد ممانعت یا معالجه مینماید. منحیث کارمندان ملل متحد، ماو (آنعده اعضای خانواده های ما که تحت پوشش بیمه ملل متحد قرارداریم) در صورتیکه مصاب به ویروس مذکور گردیم، مستحق مواظبت طبی مناسب میباشیم. فصل سوم این رساله تحت عنوان "زندگی" معلومات مفصل را در مورد این موضوع فراهم مینماید که چطور اشخاص که با اچ آی وی زندگی مینمایند صحت خویش را حفظ نمایند.



تاثیر معالجه انتیرتروایرل

در ممالك روبه انکشاف و صنعتی، معالجه انتیرتروایرل(ART) باعث اصلاحات قابل ملاحظه در صحت و بهبود آن کسانیکه میگردد که با اچ آی وی زندگی مینمایند.
در کشور برازیل، تقریباً ۱۲۵۰۰۰ نفر معالجه انتیرتروایرل (ART) را بین سال های ۱۹۹۷ و ۲۰۰۲ دریافت نموده اند.
ارقام رسمی تخمین مینماید که باموجودیت معالجه، از ۹۰۰۰۰ حادثات مرگ و میر جلوگیری بعمل آمده است که در صورت عدم معالجه حادثات مذکور بوقوع میپیوست. در ایالات متحده امریکا جایکه ازسال ۱۹۹۰ به این سو معالجه انتیرتروایرل (ART) جریان دارد، حادثات مرگ ومیر که ناشی از ایدز میباشد تا ٪ ٦٦بین سالهای ۱۹۹۵ و ۲۰۰۲ تقلیل یافته است.

چطور بدانم اگر به اچ آی وی مصاب باشم؟



منحیث کارمندان ملل متحد،ما مستحق تداوی لازم می باشیم اگر ما مبتلا به بیماری اچ آی وی/ ایدز گردیم

توسط تست نمودن این معلومات فراهم میگردد. در مراحل اول موجودیت ویروس در چند روز یا چند هفته انتی بادی قابل کشف در مقابل اچ آی وی در بدن ظاهر میگردد. این انتی بادی توسط تست ساده که برای کارمند ملل متحد و خانواده های شان موجود میباشد آشکار میگردد. تست های موجوده تا ۹۹,۹فیصد حساس بوده و در ظرف ۳ - ٤ هفته بعد از مصاب شدن انتی بادی را کشف مینماید. درین میعاد هنگامیکه امراض تشخیص شده نمیتوانند شاید توسط تست های انتی جینتك و توسط مواد جنیتیکی ویروسی (میتود های کشف تیزاب هستوی) کشف گردد. معمولاً تست های مثبت یك بار تکرار میگردد تا اشتباه لابراتواری رفع گردد. از آنجایکه تست انتی بادی اچ آی وی امراض تازه وارد را تشخیص نمینماید، بنابرآن سفارش میگردد که طی ۳ - ٦ ماه تست منفی توسط انتی بادی دیگر تست گردد اگر موجودیت ممکنه ویروس در اوقات اخیر صورت گرفته باشد.

در ساحه که ما کار وزندگی مینمائیم آیا اچ آی وی یك معضله جدی است؟

بلی. فعلاً به سطح جهانی چنین وانمود گردیده که مرض اچ آی وی/ ایدز عامل عمده مرگ ومیر میباشد. در سب ساهران افریقا عموماً ایدز عامل عمده مرگ و میر میباشد. سب ساهران افریقا شدیداً توسط سرایت مرض مذکور متاثر گردیده که به تعقیب آن جزایرکارابین می آید.



تا اخیر سال ۲۰۰۳، اچ آی وی سریعاً در اروپای شرقی و آسیای مرکزی سرایت نمود. همچنان سرایت مرض مذکور در آسیانیز توسعه یافت. گرچه فیصدی نفوسی که مصاب به اچ آی وی/ ایدز میباشند درکشور های آسیایی طور مقایسوی کمتر میباشد، اما تعداد مردمان مصاب شده با در نظرداشت تعداد زیاد کشور های آسیایی بیشتر میباشند. همچنان، در شرق میانه و افریقای شمالی بطور مقایسوی میزان مرض اچ آی وی کمتر میباشد، با وجود اینکه مرض مذکور در سال های اخیر شدیداً زیاد گردیده. در کشور های صنعتی، میزان مصاب شدن بیشتر به این مرض بعد از تنزل چندین ساله شروع به افزایش نموده است.

آیا مصئون خواهد بود که با آنعده افراد یکجا کارنمود که با اچ آی وی مصاب میباشند؟

برای شخصی که مصاب به این مرض نیست کاملاً مصئون است که با آنهای که با اچ آی وی زندگی‌می نمایند کار نماید

بلی. زیرا اچ آی وی در نتیجه تماس عادی انتقال نمی یابد، برای شخص غیر مصاب شده کاملاً مصئون میباشد که با اشخاصی کارنماید که مصاب به اچ آی وی میباشند ویا با آنهای که مریضی شان تا به سرحد ایدز پیشرفته است. پالیسی پرسونل ملل متحد اکیداً تبعیض را در مقابل کارمندان که مصاب به اچ آی وی/ ایدز میباشند منع نموده است. پالیسی پرسونل ملل متحد در مورد اچ آی وی/ ایدز(ضمیمه شماره ۱) محل کار مصئون را جهت محافظت حرمت و حقوق انسانی تمام کارمندان تأمین مینماید. در فصل سوم این رساله راجع به اهمیت محل کار مناسب و دور از تبعیض معلومات دقیق ارائه گردیده است.

اشکال سرایت مرض

گرچه این یك امر عادی است که در مورد سرایت ایدز جهانی بحث بعمل می آید، مگر نمونه های مرض اساساً در بین مناطق از همدیگر فرق مینمایند. انتقال مرض از طریق مقاربت جنسی در سب سهاران افریقایی و کارابین یك منبع اولی مرض بشمار میرود، در حالیکه در امریکای لاتین و اکثر ممالك صنعتی تعداد زیاد حوادث این مرض ناشی از مقاربت جنسی مرد با مرد میباشد. در اروپای شرقی، آسیای مرکزی، شرق میانه، افریقای شمالی و بخش از آسیای جنوبی و امریکای لاتین ادویه که از طریق پیچکاری تزریق میگردد منبع اولی مصاب شدن به مرض اچ آی وی میباشد. در هر منطقه طرق خاص انتقال مرض حکمفرما میباشد، مگر مصاب شدن جدید در تمام مناطق از طریق تمام طرق انتقال اچ آی وی رخ میدهد. در چندین مناطق، جمع آوری خون غیر مصئون، اجراات تزریق و استفاده از سوزن های ملوث شده باعث نشر امراض میگردد. از آن جایکه ما کارمندان ملل متحد میباشیم، ما و خانواده های ما میتوانیم خدمات صحی مصئون را دریافت نمائیم خصوصاً در تأسیسات صحی که از سوزن ها و سامان آلات طبی تعقیم شده استفاده مینمایند، بنابر آن هرنوع خطر انتقال اچ آی وی در نتیجه مواظبت صحی رفع میگردد. هرگاه کارمندان رهسپار ماموریت میگردند و شاید دسترسی به سیستم خدمات طبی ملل متحد را نداشته باشند، راجع به چنین شرایط خاص در فصل بعدی این رساله معلومات مفصل ارائه میگردد. همچنان، ما حق داریم تا از منابع باخبر شویم که خون را معاینه مینمایند در صورتیکه ضرورت به تزریق خون داشته باشیم. معاینه خون احتمالاً خطر انتقال مرض را در هنگام تزریق رفع نماید. یوان ایدز (UNAIDS) همه ساله در مورد مصاب شدن به اچ آی وی / ایدز در سراسر جهان معلومات جدید را فراهم مینماید. این معلومات در ویب سایت یوان ایدز (www.unaids.org) موجود میباشد که مشتمل بر موضوعات ذیل میباشد: معلومات جدید در مورد سرایت سالانه ایدز، فکت شیت ها (شهرت) مملکت و راپور دوساله درمورد سرایت ایدز به سطح جهانی، که مشتمل بر معلومات وسیع در مورد هر کشور میباشد.



معلومات تازه در مورد اچ آی وی / ایدز درجهان درویب سایت UNAIDS فراهم شده میتواند (www.unaids.org)

زندگی

در جهانی که مملو از اچ آی وی (HIV) ایدز (AIDS) است

مواظبت و خدمات ملل متحد



معلومات برای کارمندان ملل متحد و خانواده های شان

فهرست نشریه اطلاعاتی درکتاب خانه سازمان صحی جهان(WHO) ، یوان ایدز
زندگی در جهانی که مملو از اچ آی وی (HIV) ایدز (AIDS) است موجود میباشد.
معلومات برای کارمندان ملل متحد و خانواده هایشان. ۱. مرض اچ آی وی - وقایه و کنترول
2. عارضه سیستم دفاعی بدن - وقایه و کنترول ۳. ملل متحد ٤. تعلیم و تربیه صحی
5. کار های مطلوب ۱. عنوان

ISBN 92 91 733 717 (NLM classification: WC 503.71)

درین نشریه از اظهارات و بازتاب های همکاران ملل متحد که در سراسر جهان کار
مینمایند مؤسسات مختلف یوان ایدز وسایر مؤسسات استفاده بعمل آمده است. ما از
سهمگیری هرکدام ایشان ممنون هستیم.

UNAIDS - 20 avenue Appia - 1211 Geneva 27 - Switzerland
Telephone: (+4122) 7913666 - Fax: (+4122) 7914187
E-mail: unaids@unaids.org - Internet: http://www.unaids.org

از ما مواظبت نموده ومارا بپذیرید
ما تماماً انسان هستیم
ما هم نورمال هستیم
ما دست ها داریم
ما پاها داریم
ما گردش کرده میتوانیم و همچنان میتوانیم سخن بزنیم
ما مانند دیگران نیازمندی ها داریم
از ما نترسید
ما تماماً یکسان هستیم

اظهارت اخیر نکوسی جانسن، Nkosi Johnson
یك عضو فعال ایدز در افریقای جنوبی

(سخنان وی در مراسم افتتاحیه سیزدهمین کنفراس
بین المللی ایدز در شهر دربن)

زندگی

در جهانی که مملو از اچ آی وی (HIV) ایدز (AIDS) است

معلومات برای کارمندان ملل متحد و خانواده های شان

محتویات

اکرونیم ها

ACTION دستیابی، مواظبت،معالجه و ضروریات مؤسساتی (پروژه ملل متحد در سیستم خدمات طبی)

AIDS عدم کفایه کسبی سیستم ایمنی

ART تداوی انتی ریتروایرل

HIV ویروس کمبود سیستم دفاعی بدن

HPV ویروس پاپیلومای انسانی

ILO سازمان بین المللی کار

MDG هدف انکشافی هزار ساله

PEP وقایه بعد از مصاب شدن

STI امراض مقاربتی

TB توبرکلوز یا سل

UNAIDS پروگرام مشترك ملل متحد در مورد اچ آی وی / ایدز(HIV/AIDS)

UNDP پروگرام انکشافی ملل متحد

UNESCO سازمان تعلیمی و فرهنگی ملل متحد

UNFPA صندوق وجهی ملل متحد برای نفوس

UNICEF صندوق وجهی ملل متحد برای تعلیم و تربیه اطفال

UNODC اداره ملل متحد در مورد مواد مخدر وجنایات

WFP پروگرام غذایی جهان

WHO سازمان صحی جهان

پیشگفتار

در عصر ما ایدز یکی از چلنج های بزرگ جهان محسوب میگردد. بیشتر از ۳۸ میلیون تن مصاب به ویروس مرض ایدز میباشند، و همچنان در هر سال بیشتر از یك میلیون دیگر به آن مصاب میگردند. سرایت همه جانبه این مرض طی چندین دهه باعث عدم پیشرفت درامور زندگی گردیده است. این مرض به خانواده ها آسیب رسانده، باعث کندی پیشرفت اقتصاد گردیده، و استعداد ها و قوه ابتکار انسانی ممالك جهان را میربابد.

مگر باز هم، امیدی جهت بهبود وضع وجود دارد. مرض ایدز قابل وقایه میباشد، و فعلاً ادویه جاتی موجود اند که از طریق آن معالجه مؤثر این مرض امکان پذیر میباشد. کمك به کشور های جهان در تطبیق ستراتیژی های مؤثر یکی از کار های اساسی ملل متحد میباشد تا کشور ها بتوانند از طریق آن در مقابل مرض ایدز پاسخی داشته باشند.

مگر ویروس مرض ایدز نه تنها بالای کار ما تأثیر مینماید، بلکه محل کار ما را نیز تحت تأثیر قرار میدهد. اگر همکاران ما مصاب به اچ آی وی میباشند، یا اعضای خانواده شان مصاب به این مرض اند، مانند سایر امراض، برای آنها باید مواظبت طبی با کیفیت و محل کار مناسب فراهم گردد. همچنان برای تمام همکاران ما چنین معلوماتی فراهم گردد که در مقابل اچ آی وی خویشتن را وقایه نمایند. به این معنی که ما باید هر نوع لکه ننگ و تبعیض را که به مرض ایدز ارتباط داشته باشد دور نمائیم، و در مورد انتقال مرض ایدز صریحاً صحبت نمائیم.

این رساله توضیح مینماید که ما باید کدام کاری را انجام دهیم تا به هدف خویش نائل گردیم. همچنان این رساله تعهد ما را در ایجاد محیط کار مصئون و مناسب تقویه مینماید. مرض ایدز فتوی مرگ نمیباشد مگر محو مرض اچ آی وی/ ایدز امکان پذیر میباشد.

از همین سبب اجازه دهید تا در مورد اچ آی وی/ ایدز صحبت نمائیم. مراعات چنین اوامربرای تمام خانواده های کارمندان ملل متحد یکی از اولویت های میباشد که نه تنها آنها را در کارهای روزمره شان در نظر بگیرند، بلکه \در تمام عرصه های زندگی شان باید آنها را مراعات نمایند.

کوفی عنان - سکرتر جنرال ملل متحد